中文在线
www.ChineseAll.com
中文 数字出版 领导者

安全教育宝典

孩子的安全关系一个家庭的幸福和稳定
安全教育是每一位父母的教子必修课

SOS

孩子幼弱，社会复杂，意外随时降临，危险无处不在。孩子一旦遇上危险却不懂得应对，后果将很难想象。教给孩子最关键最基本的安全自救细节，是对孩子最大的爱，是对孩子一生最大的负责。

万小遥　王思渔◎编著

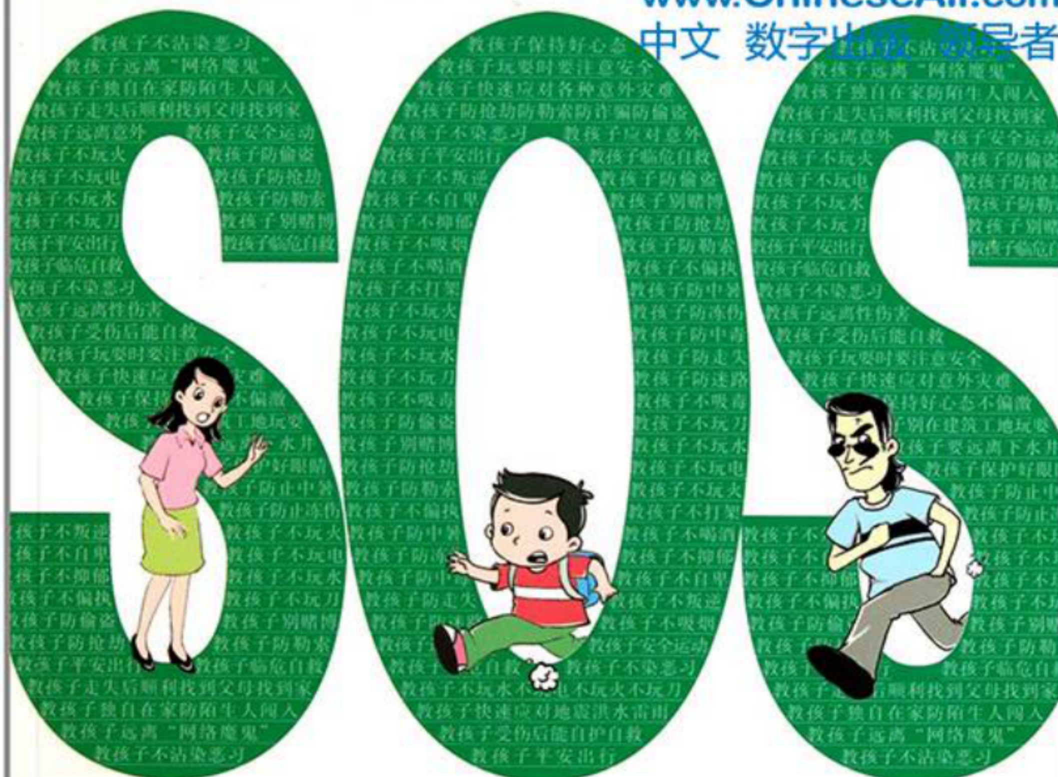
一定要教给孩子的60个安全自救细节

VISIT...

LANZAROTE Caliente.COM

孩子的安全关系一个家庭的幸福和稳定
安全教育是每一位父母的教子必修课

中文在线
全教育宝典
www.ChineseAll.com
中文 数字出版 领导者



孩子幼弱，社会复杂，意外随时降临，危险无处不在。孩子一旦遇上危险却不懂得应对，后果将很难想象。教给孩子最关键最基本的安全自救细节，是对孩子最大的爱，是对孩子一生最大的负责。

万小遥　王思渔◎编著

一定要教给孩子的60个安全自救细节

一定要教给孩子的60个安全自救细节

万小遥　王思渔



©北京中文在线数字出版股份有限公司，2014-2015

数字版图书版权信息
一定要教给孩子的60个安全自救细节/万小遥；王思渔著.北京：北京中文在线数字出版股份有限公司，2014.10
CAEBN：7-001-000-60466064-7
分类号：自救互救　G78；X4
互联网出版许可证：新出网证（京）字045号
一定要教给孩子的60个安全自救细节
万小遥；王思渔　著
出 品 人：童之磊
责任编辑：朱厚权

出版发行：北京中文在线数字出版股份有限公司
地　　址：北京市东城区安定门东大街28号E座9层
邮政编码：100007
网　　址：www.chineseall.com
首次发布：2014.10.25
更新时间：2015.01.05
上架建议：安全科学

本书由商务印书馆国际有限公司授权北京中文在线数字出版股份有限公司互联网出版与发行，未经书面授权，不得在任何地区以任何方式反编译、仿制或节录本书文字或图表。本书电子版如有错讹，敬请读者指正，我们会及时更新版本。

电子邮箱：copyright@chineseall.com

北京中文在线数字出版股份有限公司为作者和相关机构提供数字出版服务。

纸质版图书在版编目数据

出 版 社：商务印书馆国际有限公司
ISBN：978-7-80103-737-4
出版时间：2011.6.1

目　录

前言
第1章　教孩子防拐防骗的安全策略
细节1　告诉孩子不要跟陌生人走
细节2　孩子被陌生人跟踪该怎么办
细节3　陌生人的食物孩子吃还是不吃
细节4　孩子被拐骗了该如何脱身
第2章　教孩子防不速之“客”的安全策略
细节5　孩子独自在家，陌生人来敲门怎么办
细节6　陌生人闯入家中，孩子该如何应对
细节7　家中闯入小偷，孩子该如何应对
细节8　孩子在宿舍里发现小偷怎么办
第3章　教孩子防偷防抢的安全策略
细节9　怎样教孩子不把家庭信息透露给别人
细节10　如何教孩子不做“小丢丢”
细节11　被同学收“保护费”给还是不给
第4章　教孩子正确使用水、火、电的安全策略
细节12　如何教孩子安全游泳、防止溺水
细节13　如何教孩子安全燃放烟花爆竹
细节14　让孩子掌握“灭火密码”，学会使用灭火器
细节15　告诉孩子，电是个很危险的东西
第5章　教孩子远离“马路杀手”的安全策略
细节16　过马路，左右瞧，要走就走人行道
细节17　让孩子知道，铁路边很危险
细节18　如何教孩子做个安全的“小自行车手”
细节19　如何让孩子安全乘坐公共汽车
第6章　教孩子抵制网络“魔鬼”的安全策略

细节20　怎样让孩子杜绝“黄色”污染
细节21　孩子怎么做才能提防网络骗局
细节22　孩子怎样交友聊天才安全
第7章　教孩子远离性伤害的安全策略
细节23　怎样看待孩子们的“性游戏”
细节24　如何提防熟人的性侵犯
细节25　怎样教男孩呵护自己的隐私部位
第8章　教孩子游戏时远离伤害的安全策略
细节26　孩子，请别碰危险的玩具
细节27　告诉孩子，宠物也会带来伤害
细节28　让孩子知道，哪些儿童文具“带毒”
细节29　怎样让孩子不再搞恶作剧
第9章　教孩子避免意外事故的安全策略
细节30　下水井很危险，“大嘴”一张人不见
细节31　建筑工地不是孩子的游乐场
细节32　克制好奇心，打斗场面不靠近
细节33　让孩子远离高压变电设备
第10章　教孩子运动时不受伤的安全策略
细节34　让孩子警惕高处的危险
细节35　告诉孩子，运动时最需要保护哪些部位
细节36　孩子不适合哪些运动
细节37　孩子在球类运动中如何保护自己
细节38　孩子在野营时应注意什么
第11章　教孩子受伤后自救的安全策略
细节39　孩子的手脚受伤后怎么办？
细节40　孩子的头磕破了怎么办

细节41　孩子鼻子出血了怎么办

细节42　怎样教孩子预防中暑

第12章　教孩子走失后也能找到父母的安全策略

细节43　家庭信息，教孩子要早早记牢

细节44　告诉孩子，一旦和家人走散该怎么做

细节45　传授“迷路教育”，让孩子平安回家

第13章　教孩子千万别吃出好歹来的安全策略

细节46　野外的蘑菇，孩子在哭它在“笑”

细节47　过期、变质的食物不能让孩子吃

细节48　让孩子明白，哪些食物不能生吃

第14章　教孩子保护身体免受伤害的安全策略

细节49　如何预防孩子把小物件放入口中

细节50　如何保护好孩子的眼睛

细节51　要告诉孩子，憋尿害处大

细节52　怎样指导孩子逃离“二手烟”

第15章　教孩子保持良好心态的安全策略

细节53　如何让我们的孩子不再“叛逆”

细节54　怎样让孩子走出自卑的阴影

细节55　父母该怎样教育性格偏执的孩子

第16章　教孩子应对意外灾难的安全策略

细节56　地震来了，孩子如何成功避震

细节57　雷雨大作，孩子怎样避雷

细节58　宿舍遭遇火灾，孩子如何逃生

细节59　龙卷风来袭，孩子如何安全避灾

细节60　沙尘暴铺天盖地，孩子如何保护自己

前言

孩子的安全是父母的头等大事。

当你的孩子独自在家有陌生人敲门时，当你的孩子接过陌生人给的糖果准备吃时，当你的孩子在玩火时，当你的孩子沉迷于网络不能自拔时，当你的孩子冒冒失失过马路时……潜在危险和意外事故随时都可能降临在他们的身上。

这些危险和事故，既有外界环境剧变造成的，也有坏人蓄谋策划形成的，更多的是孩子自身缺乏应对危险的技巧导致的。

对于自然灾难，像地震、雷电、沙尘暴等，一旦发生，孩子只会哭天喊地，手忙脚乱，不知所措，更不懂得如何自救。

对于坏人的乘虚而入，像入室抢劫、欺骗拐卖、性伤害等，孩子只剩下了惊恐害怕，不知道冷静地创造或等待时机逃生。

对于日常生活中的潜在危险，像交通事故、意外伤害、食物中毒、网络诱骗、心理疾病等，孩子没有具体的防范意识，不知道自己正一步步接近危险……

面对这些危险和困境，孩子极可能受到伤害，乃至失去幼小的生命。据最新调查显示，全国每天约有50名孩子在交通事故、食物中毒、溺水、房屋倒塌、自然灾害等事故中永远地离开了爸爸妈妈。

如果孩子具备一定的安全自救能力，约80%的事故是完全可以避免的。

孩子的安全大于一切，孩子的安全教育刻不容缓！

让孩子远离危险，教孩子自我救护，是父母们对孩子最大最深的爱。

安全教育不能只靠社会、靠学校，父母的教育才最贴心最周到。不仅要让孩子树立远离危险的意识，还要教给孩子实实在在的安全自救细节。这样一旦面临危险和困境，孩子才能能够果断、正当地进行自救自护，最终化险为夷。

父母怎样才能培养孩子这些自我保护的能力呢？

父母应从身边的事情引导，让孩子明白到底哪些情况下危险会降临到自己身上，甚至可以让他受点小苦头。比如，带孩子出去的路上看到有人在打架，孩子好奇要过去看看，父母劝说孩子不听，结果在看别人打架的时候被周围的人碰撞了一下，隐隐疼了一会儿。这时父母抓住机会教育孩子，估计孩子以后再也不会看别人打架了。

父母要以身作则，带头让孩子远离危险和伤害。比如，只有父母遵

守“绿灯行、红灯停”的交通规则，孩子才可能跟着遵守交通规则，当他一个人过马路的时候才会更安全。再比如，如果父母经常在孩子面前打麻将、赌钱，还时不时告诉孩子其中的奥妙，让他赌上一把，试想一下，在这样环境里成长的孩子难保不熏染上恶习，就有可能毁掉孩子的一生。

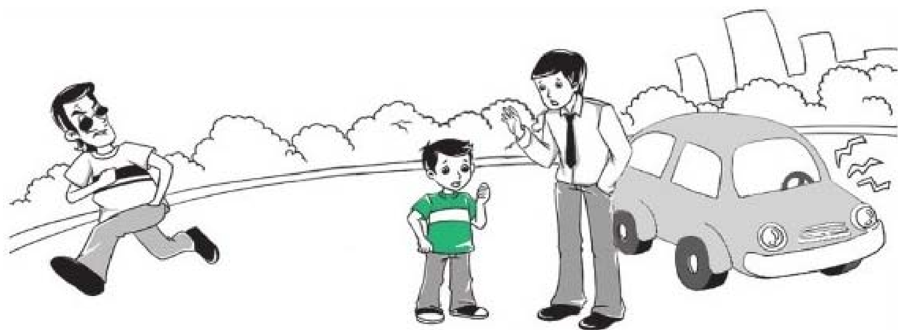
父母可以通过游戏、模拟的方式指导孩子在面对危险时如何自救。比如，为了让孩子记住家里的电话号码，以防被拐骗或走失后能迅速联系到家人，可以和孩子一起玩“聪明孩子智斗人贩子”的游戏，让孩子在合适的机会给父母打电话求救。寓教于乐，孩子自然而然地就把家里的电话号码记住了。

……

孩子是父母的寄托和希望，而安全是孩子健康成长的前提。教给孩子最关键最基本的安全自救细节，让孩子真正学会自我保护，是每位家长最基本的职责，是对孩子健康和生命最大的负责。

愿每个孩子都得到最贴心最周到的爱护，愿每个家庭都快乐幸福！

第1章　教孩子防拐防骗的安全策略



细节1　告诉孩子不要跟陌生人走
细节2　孩子被陌生人跟踪该怎么办
细节3　陌生人的食物孩子吃还是不吃
细节4　孩子被拐骗了该如何脱身

细节1　告诉孩子不要跟陌生人走

孩子不具有辨别好人与坏人的能力，很容易被坏人骗走。家长要经常告诉孩子，如果有陌生人对他说，带他去买糖、买玩具、去坐碰碰车，都要大声喊“我不认识你”。这样，才能吓跑那些图谋不轨的坏人。

每个父母都希望自己的孩子活泼可爱，开朗聪明。因为在父母们看来，总是害怕生人的孩子，长大后会孤僻、离群、不易沟通、难相处。但事实上，大多数孩子稍微懂事一些，就开始不再害怕生人了，很容易跟别人走。

前段时间，北京市某幼儿园搞了一次安全教育调查。让家长扮演陌生人，看能不能带孩子离开幼儿园。结果是家长扮演的陌生人，很容易就把孩子带走了。有位家长去“诱骗”孩子时，说：“小朋友，你喜不喜欢小手枪啊？”孩子眨眨眼睛说：“喜欢。”家长便伸出手对孩子说：“那跟叔叔走吧。”孩子的妈妈在一旁镇定自若地告诉老师：“我们家孩子特别聪明，绝对不会跟陌生人走的。”妈妈的话还没有说完，孩子便伸出小手，跟着陌生人走了。

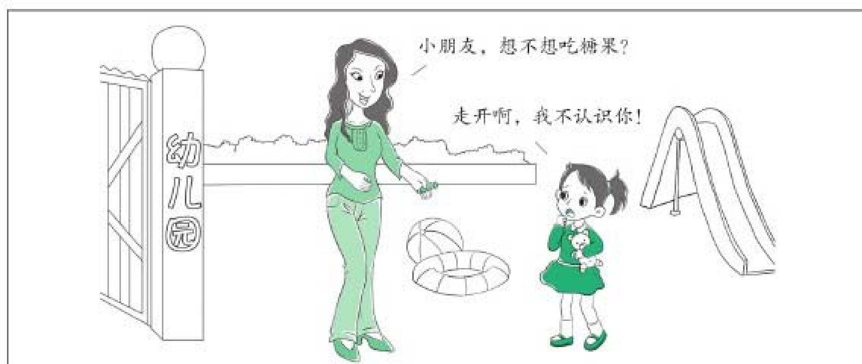
事后，妈妈焦急地问孩子：“你认识刚才那个人吗？”孩子摇摇头。妈妈说：“你不认识他，还跟他走，走了看不见爸爸妈妈了怎么办？”孩子一脸茫然，小手在胸前扭来扭去。看看眼前年幼无知的孩子，再想想那些丧心病狂的歹徒，父母们吓得浑身发抖。

安全教育大课堂

不跟陌生人走，要大喊：“我不认识你。”

孩子不具有辨别好人与坏人的能力。坏人很容易就把孩子骗走了。家长要经常告诉孩子，当有人对他说“我带你去买糖”“带你去买玩具”“带你去坐碰碰车”时，先不管对方是好人还是坏人，都要大声喊“我不认识你”。

告诉孩子不要跟陌生人走



陌生人要带你走，这时要大喊："我不认识你。"



遇到陌生人跟你搭话，要赶快跑去找家长或老师。



父母要经常对孩子进行防骗小演习，提高孩子的警惕性。

有一天，一个混进学校的人贩子想拐骗一名上大班的小女孩。他对女孩说："小朋友，想不想坐玩具车？叔叔带你去。"这个小女孩很害怕，马上大声喊起来："我不认识你，走开啊！"这时，值班老师跑过来询问情况，陌生人竟然转身逃走了。

这个孩子很聪明。她遇到陌生人的时候，虽然很害怕但却大声地呼喊，以此来保护自己的人身安全。

告诉孩子，遇到搭话的陌生人，要跑去找家长或老师

人贩子除了会骗走孩子以外，还会动用暴力，直接把孩子抱走。家长要经常教育孩子，遇到陌生人要带他走时不要惊慌，应该马上跑去找家长或者老师。

一位妈妈带着孩子逛公园。妈妈坐在长凳上看书，孩子独自跑来跑去。突然，孩子跑到妈妈跟前说："妈妈，那边有个阿姨说要带我走。"妈妈拉着孩子往前走，发现一个女人匆匆离开的背影。妈妈当时吓坏了，庆幸孩子跑到自己身边。

当孩子跑到家长或者老师身边，坏人就只能悻悻地离开了。所以，家长们要对你的孩子说："如果遇到搭话的陌生人，要马上跑去找家长或者老师。"

告诉孩子，跟陌生人走了会吃不饱穿不暖，再也见不到父母

父母要经常与孩子进行防骗小演练。当孩子跟着演练中的陌生人走时，妈妈要立即上前制止孩子："宝贝，你干什么去啊？你认识这个人吗？"孩子说："不认识。"妈妈就要对孩子说："不认识怎么能跟人家走呢？不认识的人会把你卖到山沟里，不让你吃饭，不让你上学，不让你看见爸爸妈妈。"你只有让孩子意识到了危险，他才不会跟陌生人走。

安全教育一点通

有些父母开始担心，让孩子对陌生人全面设防，会不会遏制孩子与人交往的能力？但是，家长们如果看到网上、报纸上一些孩子被骗走后，砍掉手脚割掉舌头，然后放在大街上乞讨的报道后，就再也不会对孩子的安全教育掉以轻心了。安全教育重如泰山，千万不能因小失大。

细节2　孩子被陌生人跟踪该怎么办

一天放学回家的路上，丁丁发现身后有个成年人一直跟着自己。丁丁吓坏了，不知道该怎么办。再往前面走，就是一段偏僻的小路，平时丁丁就非常害怕走这段路，在有人跟踪的情下，他就更不敢走了。丁丁害怕极了，坐在十字路口的台阶上哭了起来。

当孩子在放学回家的路上，或者平时出去玩的时候，发现有陌生的成年人跟踪自己，孩子应该怎么办呢？对方有可能想跟踪行窃，也有可能想绑架、拐卖孩子。

有一名9岁的小学生，在放学回家的路上被一个陌生人跟踪。孩子非常害怕，不知道如何应对，便一溜烟地往家跑。结果，等孩子走到小区阴暗的楼道里的时候，被跟踪者一拳打晕带走了。当家长发现孩子失踪以后，四处寻找都杳无音讯。孩子最终也没有被找回来。

不要说孩子，就算是成年人被陌生人跟踪，都是一件非常可怕的事情。家长要教会孩子如何应对陌生人的跟踪，如何成功甩掉跟踪者，如何保证自身的安全。这些安全自救策略不光对孩子小时候有用，他们长大以后走上社会，也同样能派上用场。

安全教育大课堂

教孩子如何甩掉跟踪者

孩子们一旦发现被人跟踪了，一定不要害怕更不要惊慌，应该想办法把陌生人甩掉，这样就可以平平安安地回到父母身边。

甩掉跟踪者的办法很多：孩子可以拼命地跑，跑进商场、超市或者银行里，向工作人员寻求帮助；也可以不动声色地慢慢走，走到拐角处时，再使劲跑，找个小院躲起来；或者跑入人群中，从而逃出跟踪者的视线，甩掉跟踪者。

孩子被陌生人跟踪该怎么办



孩子一旦发现被人跟踪，可以拼命地跑进商场、超市或者银行里，向工作人员寻求帮助。



如果发现有人跟踪，可以马上给父母打电话或拨110报警。



让孩子触动车辆警报器，将跟踪者吓跑。

打电话给父母或打110报警

一天放学回家的路上，丁丁发现身后有个成年人一直跟着自己。丁丁吓坏了，不知道该怎么办。坐在十字路口的台阶上哭起来。那个成年人刚想靠近丁丁，发现停在路边的警车后，就悄悄地溜走了。警察发现

了哭泣的丁丁，问清楚缘由后，拨通了丁丁爸爸的电话。不一会儿爸爸赶来，把丁丁安全地接走了。

幸好丁丁遇到了警察叔叔，否则意想不到的事很可能会发生。如今有手机的孩子越来越多，手机不光是为了同学之间聊天用的。家长要告诉孩子，遇到有人跟踪自己时，要马上给父母打电话，或者打110报警。

让孩子触动车辆报警器，将跟踪者吓跑

如果是在城市里，马路边或者小区里都会有车辆停靠。假如孩子触动街边车辆的报警器，跟踪者就会心虚。他本身就在做坏事，非常害怕被人发现。而报警器一响，车主出现后，孩子可以向车主求救，大声说："叔叔，后面有个坏人跟踪我，我不是故意的。"歹徒害怕被人发现，自然会抽身离开。但是，我们应该让孩子明白，如果车辆报警器响后，车主没有出现，应该马上离开，继续触动其他车辆的报警器。如果孩子站在原地不动，很可能会被坏人抓走。

为了防止孩子被陌生人跟踪后受到伤害，爸爸妈妈要经常叮嘱孩子，放学路上最好和同学们结伴而行。不要单独到荒凉、偏僻、灯光昏暗的地方去，避免给跟踪者提供可能的作案时机。

安全教育一点通

家长应该让孩子知道，哪些地方可以很好地甩掉坏人，比如：超市、商场、居民住宅区、游乐场等地。走到这些人多的地方以后，要马上向警察、保安、工作人员求救。如果孩子在学校附近，他可以马上跑回学校，把被人跟踪的事情告诉老师或者校长。等老师与父母取得联系后，再耐心等待父母的到来。

细节3　陌生人的食物孩子吃还是不吃

妈妈会经常对孩子说："不要吃陌生人的食物。"但是，孩子不明白，为什么有些陌生人的食物能吃，有些陌生人的食物却不能吃呢！当陌生人给食物的时候，孩子吃还是不吃呢？

孩子们喜欢吃各种各样的小零食，不法分子正是利用孩子们贪吃的特点，对他们进行哄骗。父母常对孩子说："不要吃陌生人的食物。"但是，如果孩子拒绝吃陌生亲戚的食物，家长会说："这孩子真不懂事，快拿着吧！"孩子委屈地撅着小嘴想："妈妈不是常说，不能吃陌生人的食物吗？"孩子的小脑袋瓜里有了疑问："下次陌生人给食物，到底是吃还是不吃呢？"

前段时间，网站上报道了一个男孩在楼下的街道里玩闹时，喝了一个陌生人送给他的饮料后昏睡过去，然后被人带走挖掉了一个肾脏。好心人发现被遗弃在路边的男孩，拨打了120急救电话。当民警调查此事时，男孩说出事前喝过一个叔叔送给他的饮料，之后就什么也不知道了。

作为父母，你必须告诉孩子，什么样的陌生人的食物不能吃，什么样的陌生人的食物能吃。这可不是一个轻松的任务，看似很简单但很重要。

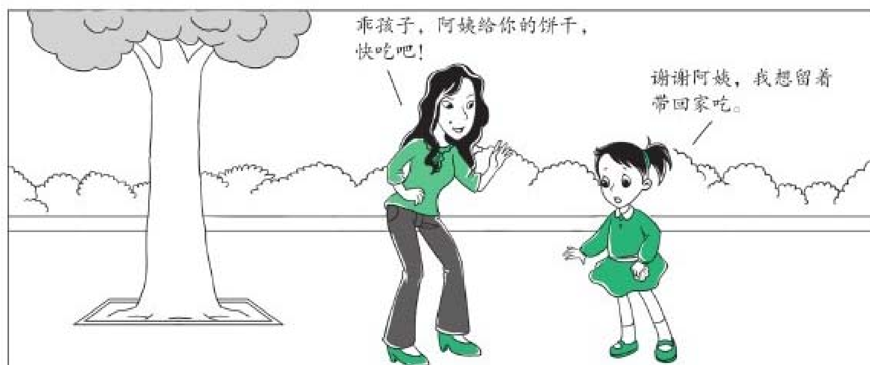
安全教育大课堂

家长在场不反对时，陌生人的食物能吃

妈妈经常教育甜甜，陌生人给的东西不能吃。有天，甜甜跟着妈妈去买菜，一位陌生人拿出了几块糖给甜甜吃。甜甜使劲地摇了摇头。站在一旁的妈妈说："阿姨给你糖吃，还不赶紧收下！"甜甜不情愿地说了声："谢谢阿姨。"

从人际关系的角度来说，即使是父母在场，也不是所有陌生人的食物都能吃。有些陌生人给的食物，从食品安全和食品营养方面考虑，如果不适合孩子吃，父母们一定要出面阻止。平时父母就应经常告诉孩子："陌生人的食物可以吃，但要有两个条件：一是要有家长在场，二是家长不发表反对意见。否则，绝对不能吃陌生人给的食物。"

陌生人的食物孩子吃还是不吃



当陌生人硬塞给孩子食物吃时，孩子可以把食物用纸包起来，并向对方说："我留着回家吃。"



家长不在场时，所有陌生人的食物千万不要吃。



家长在场不反对时，可以接受陌生人的食物。

家长不在场时，所有陌生人的食物都不要吃

一个陌生人捧着几块饼干对兰兰说："阿姨请你吃饼干。"兰兰看着饼干眨着眼睛不肯吃。陌生的阿姨便说："好孩子，吃一块吧！我和你妈妈是好朋友。"兰兰忽然想起来，自己曾经因为不吃陌生阿姨的东西，而

被妈妈训斥。同样是陌生人，上次的糖果妈妈让吃，这次的饼干肯定也能吃。于是，兰兰伸出小手，拿着一块饼干吃起来。不一会儿，兰兰在陌生阿姨的怀里睡着了。一辆黑色轿车把兰兰带走了。

孩子是未成年人，他们根本没有成年人那么强的分辨能力和反抗能力。只要孩子们一天没有长大成人，危险就一天没有消除。所以，我们要对孩子说，当家长不在场时，所有陌生人的食物都不要吃，除非获得父母的许可。

当陌生人给孩子食物吃时，家长可以让自己的孩子说：“我留着回家吃。”

不管陌生人，是真心实意请孩子吃东西，还是虚情假意心怀鬼胎，告诉我们的孩子，当陌生人把食物硬塞给他吃时，可以把食物收下，并且用纸包起来放进书包或者口袋里，然后向对方说：“我留着回家吃。”孩子这么做，更可以有效地保护自己的安全，心怀鬼胎的歹徒的阴谋就不会得逞。

安全教育一点通

不法之徒设置的骗局之一就是把迷药加在食物里给孩子吃。所以，家长要教孩子尽量不要吃陌生人的食物，除非得到父母的许可。陌生人的食物包括：蛋糕、饼干、面包、饮料、糖果等。

细节4　孩子被拐骗了该如何脱身

孩子在逃跑的过程中，可以向商场、超市、居民区、派出所、银行等地逃跑。在城市中人多的地方，孩子可以一边跑一边喊：“救命啊，后面有坏人追我。”在人多的闹市中，犯罪分子不敢声张，更不敢猛追，往往会知难而退。

每个孩子都是无辜的，每位丢失孩子的父母，都会望着孩子的照片肝肠寸断。当父母们寻子无望的时候，会坐在家门口幻想孩子自己跑回来。想象辛苦养育了多年的孩子，能再次回到自己身边。

有些孩子被拐卖到山区或者贫困地区以后，只知道哭，哭过一段时间，见不到亲生父母，也就慢慢适应了。孩子慢慢忘记亲生父母，忘记自己的家，被新的“父母”重新教育。大多数被拐走的孩子，不懂逃跑不懂反抗，即使未来的命运痛苦不堪，他们也只能默默忍受。

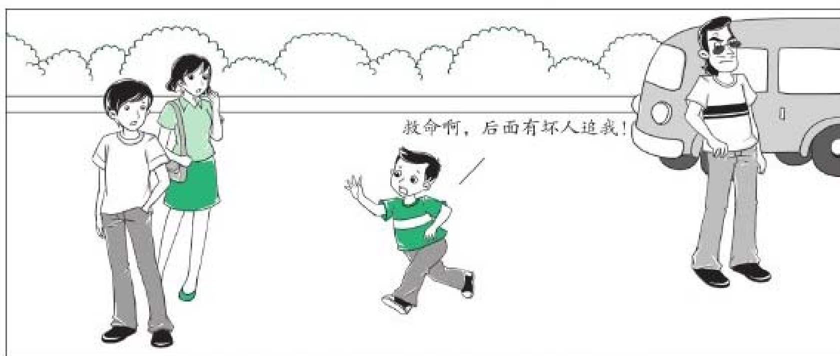
超超9岁了，是一名正在上二年级的小学生。在爸爸同事的婚礼上，超超被一个陌生的叔叔带到了一个陌生地方。超超意识到自己被骗了，几次想冲出房间都被人用巴掌打了回来。几天以后，超超被转卖到在上海做生意的一对夫妇手中。这对夫妇成了超超的养父母。养父母让超超穿上破烂的衣服，然后爬在冰天雪地中乞讨。

后来，超超的养父母死于一场车祸。在超超十八岁那年，他终于回到了思念多年的家人身边。但他多年来受到的心灵和肉体的伤害，谁来弥补呢！超超非常后悔，为什么刚开始不知道想办法逃跑或者联系父母？由此看来，你只告诉孩子如何防骗还远远不够，教孩子被骗以后的自救逃生的安全知识，才显得更加实用。

孩子被拐骗了该如何脱身



如果暂时无法逃脱，要听“主人”的话。



趁“主人”不注意，可以在人多的地方设法寻机逃跑。



教孩子懂得怎样寻求外援，以便帮助自己脱身。

安全教育大课堂

告诉孩子，如果发现被拐，应该设法逃跑

家长要教孩子学会各种各样的逃跑方法，教孩子永远都不要放弃逃跑的念头。因为爸爸妈妈会一直在家里等他回来。孩子被拐卖以后，跟人贩或者买主硬拼肯定不行，而逃跑则是最好的办法。教孩子学会观察

地形，学会识别方向，将有利于孩子成功逃脱。

曾经有一个上幼儿园的小男孩被坏人拐走了。小男孩趁坏人下车买烟的工夫，悄悄地溜下了车。歹徒发现后拼命地追赶，试图把到手的“猎物”追回来，但是机智的小男孩却向着人多的地方跑了过去。歹徒害怕被人发现，只好开车逃走了。这个小男孩非常聪明，他懂得抓住机会逃跑。父母要告诉孩子，当他被拐骗以后，最好的办法就是逃跑，利用歹徒吃饭、换岗、上厕所、睡觉等所有可以利用的机会逃跑。

孩子在逃跑的过程中，可以向商场、超市、居民区、派出所、银行等地逃跑。在城市中人多的地方，孩子可以一边跑一边喊：“救命啊，后面有坏人追我。”在人多的闹市中，犯罪分子不敢声张，更不敢猛追，往往会知难而退。

如果暂时无法逃脱，要听“主人”的话

有一个化名叫月月的小女孩被人拐走了。月月一路上不停地哭喊。歹徒惊慌失措害怕被别人发现，便用手使劲勒住了月月的脖子。最后，月月因缺氧而窒息身亡。当警察在公路边发现孩子时，已经变成了一具冰冷的尸体。

在被陌生人带走，又找不到父母的情况下，孩子们会非常害怕。你的孩子在歹徒面前大声哭闹，不停地叫喊，不但不能获救，反而会增加危险的系数。在教育孩子的时候，应该告诉他们，被坏人抓住以后暂时没有逃生的机会时，要假装很听话的样子，不要哭也不要闹。孩子这样做的时候，可以让“主人”放松警惕。而孩子正好可以利用“主人”放松警惕看管不严时，伺机逃脱。

教孩子懂得寻求外援，以便帮助自己脱身

教孩子向买主宣讲国家法律，告诉他们买卖儿童是犯法的，将会受到法律的制裁。虽然，孩子通过宣讲法律来脱身的希望非常渺茫，但是这样做并不是没有必要。即使当事人不肯放孩子走，其他富有正义感的人如果了解孩子的情况，说不定就会帮助孩子逃脱或者向公安机关报案。

当你的孩子已经能够熟练地用文字表达自己意思时，要让他明白，被人控制或者囚禁起来以后，可以采用写小纸条的方式，向周围的人求救。孩子可以在纸上写道：“求好心人救救我，我被坏人拐骗到这里，我爸爸的电话是1340369××××。”如果孩子在有窗户的房间，可以把写好的纸条从窗户里扔出去，扔得越远越好。如果孩子在车厢里，可以从车窗里把纸条扔出去。孩子应该想尽一切办法，留下线索。这样才能方便父母和警察寻找和破案。

看看那些丢失孩子的父母们，哪个不是心急如焚，但很少有父母能亲自找到自己的孩子。中国地广人多，如果你的孩子真的丢了，去哪里找呢？就算累死也不一定找得到。但是，如果孩子被拐以后能够积极自救，机智逃脱，想办法与家人取得联系，平安地回到父母身边的几率就会大得多。

安全教育一点通

一定要让孩子记住父母的联系电话和家庭住址。让孩子记住父母电话的方法很多：你可以给孩子买一个玩具电话，让他练习在玩具电话上反复拨打父母的电话号码。还可以在每次奖励孩子前，让他背一下父母的联系电话，以此来检查孩子是否记牢。当孩子很流利地说出父母的电话和家庭住址时，家长要有所表示，应该让孩子感到记住这些信息是非常光荣的事情。

第2章　教孩子防不速之“客”的安全策略



细节5　孩子独自在家，陌生人来敲门怎么办
细节6　陌生人闯入家中，孩子该如何应对
细节7　家中闯入小偷，孩子该如何应对
细节8　孩子在宿舍里发现了小偷怎么办

细节5　孩子独自在家，陌生人来敲门怎么办

有些家庭没有装护栏防盗门，只有一扇带猫眼的防盗门。当孩子听到敲门声后，不要急于开门，应该先站在小凳子上，透过猫眼向外面观察。记住陌生人的发型、长相、胖瘦和服装。

当父母要把孩子一个人留在家时，一定对孩子说：“如果有陌生人来敲门，千万不要开门。”孩子通常会眨着一双疑惑的眼睛，半带恐惧地冲家长点点头。家长对孩子这样反复叮嘱了不下十遍以后，便放心大胆地出门了。

其实，父母们太高估了自己的教育能力了。因为歹徒会变换出各种身份来诱骗孩子开门。当孩子把门打开后，任何可怕的事情都有可能发生。前几天，网站上报道了一名儿童独自在家，一个自称是孩子父亲同事的人前来敲门，孩子便打开了门。结果，歹徒将孩子残忍地杀害，又将孩子家中的现金、首饰抢劫一空。当孩子的妈妈回到家中时，被眼前的一切吓得晕了过去。

年轻的父母们经常命令式地告诉孩子：“不要开门！”但是有一天，陌生人真的来敲门了，孩子最终还是把门打开了。有的父母又气又怒，

甚至把孩子一顿暴打，责问孩子：“不认识人家，为什么还要开门？”这不是孩子的错，因为他们还太小，又没有接受过正规的安全知识教育，所以无法与蓄谋已久的歹徒斗智斗勇。

安全教育大课堂

教孩子说：“爸爸在睡觉，等爸爸醒了你再来吧！”

有些小偷会通过按门铃，来试探业主家中是否有人。如果孩子此时不吭气，小偷以为业主家里没有人，会采取爬窗或者撬门的方式进入房间偷盗。因此，你应该对孩子这样说：“当爸爸妈妈不在家，有陌生人敲门时，可以对陌生人撒个小谎，就说爸爸在睡觉，让他等爸爸醒了再来拜访。”

孩子独自在家，陌生人来敲门怎么办



当孩子独自一人在家，有陌生人来访，要教孩子说："爸爸在睡觉，等爸爸醒了你再来吧！"



让孩子从猫眼中观察陌生人的相貌，并且记住对方的特征。



有陌生人敲门，可以教孩子说："爸爸就在楼下邻居家，我给爸爸打电话。"

有一个小偷，他走到一扇防盗门前敲门，里面传出来孩子的声音："我爸爸在睡觉，等他醒了你再来吧！"当天，小偷一连敲了三家业主的门，都得到了同样的答复。这个小偷很恼火，意识到孩子可能撒了谎。但他仍然不敢贸然进入，只好讪讪地走了。

让孩子从猫眼中观察陌生人的相貌，并且记住对方的特征

有些家庭没有装护栏防盗门，只有一扇带猫眼的防盗门。那么你就要告诉孩子，当他听到敲门声后，不要急于开门，应该先站在小凳子上，透过猫眼向外面观察。如果门外是个陌生人，孩子就该提高警惕了。教孩子从猫眼中，看清陌生人的发型、长相和身材特征。等父母回到家后，让孩子把看到的情况讲述给你。这时，你该仔细想一想，看看自己是否有这样的朋友。如果有的话，打电话确认。如果实在想不起来，就要提高警惕了，小心歹徒“二进宫”。

教孩子说：“爸爸就在楼下邻居家，我给爸爸打电话。”

一天，一个7岁的女孩独自在家。听到敲门声，女孩从猫眼里看到一个陌生人。女孩说：“你找谁啊！”陌生人说：“我是你爸爸的同事，把门打开好吗？”女孩说：“我不认识你，你是陌生人。”歹徒呵呵地笑着：“叔叔不是陌生人，我和你爸爸很熟。”小女孩很聪明，她说：“爸爸就在楼下邻居家，我给爸爸打电话吧。”说完，孩子便跑到客厅打通了爸爸的手机。

孩子的爸爸一听就知道门外的人是贼。他对孩子说：“外面的人是个坏人，千万不要开门，爸爸一会儿就赶回家。”挂了电话，爸爸打通了小区保安室的电话。保安一出现，那个居心不良的敲门者马上就逃走了。因为只要孩子给父母打通了电话，他的盗窃计划只能泡汤。

告诉孩子：“不管门外是谁，只要不认识就不开门！”

歹徒为了哄骗你的孩子开门，常常会假扮成你的同事或者朋友。如果此时孩子将防盗门打开了，后果将不堪设想。因此，为了防止孩子被陌生人的花言巧语欺骗，你要告诉孩子：“不能给所有的陌生人开门，不管对方说什么。”孩子不懂危险的存在，父母一定要耐心地教导孩子，让他们学会更好地保护自己。

安全教育一点通

父母可以把应对陌生人敲门的安全知识，渗透到与孩子的游戏当中。我们平时可以教孩子唱儿歌：“小兔乖乖，陌生人不开。拨通电话，等妈妈回来。”让孩子及时给父母打电话，父母就可以火速赶回家。假若你在离家很远的地方，不能及时赶回家，也可以拨打小区保安室、居委会、派出所值班民警的电话，请他们前去查看，帮助孩子脱离险境。

细节6　陌生人闯入家中，孩子该如何应对

不久前，北京市石景山区发生了一起入室抢劫案件。年仅6岁的女孩萌萌，不但逃脱了歹徒的魔爪，而且机智地将歹徒擒获。这给无数父母的安全教育工作带来了很大的启发。

很多家长从来不注重对孩子的安全教育，总以为有父母在身边，孩子就可以高枕无忧。但是父母应该想到，如果有天孩子孤身一人面对歹徒，那时他该如何保护自己呢？

几个月前，上海市发生了一起入室杀人事件。在这起事件中，被害的孩子是一名叫高伟的16岁中学生。事发当天，正值高伟放假独自在家，一位陌生的外地男青年借口说要找高伟的爸爸谈工作让高伟开门。高伟毫无戒备，开门请男青年进了屋。但是，高伟发现男青年四处窥探神色可疑，于是立即请这位不速之客离开。没想到男青年猛出一拳把高伟打晕，然后开始实施抢劫。

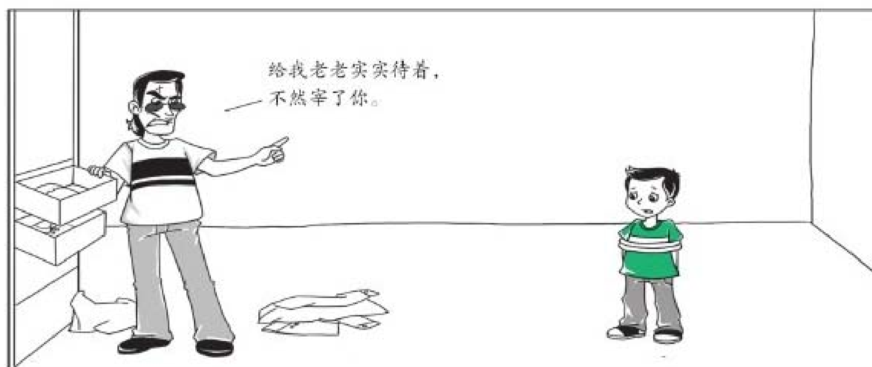
本来高伟还可以保住性命，但是当他醒来时，看见正要收拾东西走人的歹徒。高伟一下子扑在了歹徒的身上，企图把对方制服。但是，这时的歹徒已经是急了眼的兔子，他把绳子勒在了高伟的脖子上。这名16岁的中学生，不但没有成功挽救家庭的财产，反而把命给搭上了。这就是我们要讨论的，当歹徒闯入家中时，孩子要不要跟歹徒拼个“你死我活”？

安全教育大课堂

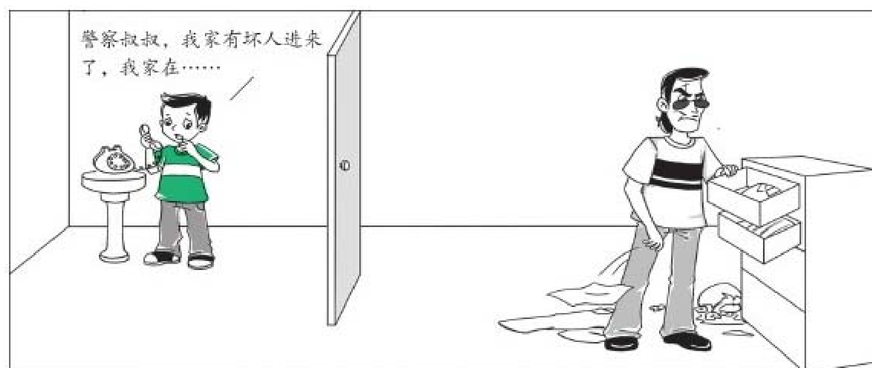
告诉孩子：“发现陌生人闯入家中后，不要惊慌。”

有时候并不是孩子的原因，陌生人便闯入了家中。家长需要教育孩子的是，当陌生人已经闯入家中时，不要惊慌，更不能乱喊乱叫。有些孩子在家中发现了闯入者，便马上大声呼喊，结果遭到歹徒致命的袭击。

陌生人闯入家中，孩子该如何应对



告诉孩子，一旦发现陌生人闯入家中后，不要惊慌，以不变应万变。



父母要告诉孩子：“在家中发现陌生人要迅速躲起来，并且报警。”



父母平时一定要让孩子记住家庭住址。

你要让孩子明白，只有在不害怕、不惊慌的情况下，才能够从容应对。还有一些孩子，看到陌生人进入家中，就吓得不敢动也不敢跑，只是一味地哭，这样对孩子的生命安全将会构成极大的威胁。

告诉孩子：“在家中发现陌生人要迅速躲起来，并且报警。”

不久前，发生在北京市石景山区的一起入室抢劫案件。一天晚上，萌萌和妈妈一起在看电视。不一会儿，家里来了一位陌生的阿姨。突然，萌萌看见陌生人把妈妈打晕了。尽管萌萌当时特别害怕，但她转身逃进了卧室，把房门反锁后，迅速用座机拨通了110报警电话。在等待救援的过程中，萌萌冲着窗外大声呼喊："救命啊！快来救救我和妈妈。"很快，闻讯而来的邻居和警察，将入室行凶抢劫的坏女人带走了。

这个女孩很聪明，当她发现家中行凶的陌生人后，没有被吓住，而是马上跑进有座机的房间反锁房门，然后打110报警。女孩用这种方法，不但保证了自己的生命安全，也保护了家庭财产的安全。

当然，父母要告诉孩子，报警时要讲清楚自己家所在的小区、单元号、楼层、门牌号和所发现的情况。这就要求父母平时一定要让孩子记住自己的家庭住址。有的孩子拨通了110，却说不清楚自己的家庭住址。这样，将不利于警察开展营救工作。

安全教育一点通

当孩子需要报警求救的时候，他一定要躲进一间有电话的房子里。如果他想从窗口向外呼救，就要躲进一间有窗户的房间。如果孩子躲进一间没有窗户，也没有电话的房间里，那么，他将无法向外寻求救援。因此，教育孩子的时候，应该让他熟悉，哪个房间有电话，哪个房间有大窗户。

细节7　家中闯入小偷，孩子该如何应对

如果孩子正在卧室或者沙发上睡觉，醒来后发现有一个小偷正在家里偷东西。这时候，孩子只有继续装睡，才是最安全的办法。让孩子在坏人面前学会伪装，才能够很好地保护自己。

孩子的心灵是纯洁的，很多孩子看到小偷行窃，自然就会义愤填膺地想去“抓小偷”，会强烈地想要把小偷教训一番。家长应该明白，孩子与小偷正面交锋是非常危险的。情况糟糕时，极有可能被小偷一击致命。

15岁的小辉用钥匙打开家门时，听到主卧室里传来异样的声音。小辉以为卧室里的人是妈妈，便没有在意。突然，小辉被眼前的一幕吓坏了。一个黝黑的男人，正在用扳手撬家里的保险柜。小辉的猛然出现，让小偷拔腿便跑。但小辉堵住了小偷的去路，他试图从小偷手中抢回妈妈的钱包。小偷拔出匕首，狠狠地扎了过来。父母回到家中时，发现家门大开，孩子躺在血泊中。

没有哪个父母愿意看到孩子遭到不幸，但是，如果你没有对孩子进行必要的安全知识教育，没有告诉孩子遇到小偷以后，在保证自身安全的情况下再来抓小偷，活泼可爱的孩子，极有可能倒在小偷的屠刀之下。

安全教育大课堂

告诉孩子，发现有小偷进入家中后，可以装睡

小偷只为财而来，如果他们能顺利地把钱财偷走，便不会再去伤害孩子的生命。告诉孩子，不要为自己不能保护家庭财产而难过，不管是什么东西，让他去偷吧！任何东西都换不来孩子的平安和健康。

如果孩子正在卧室或者沙发上睡觉，醒来后发现有一个小偷正在家里偷东西。这时候，孩子只有继续装睡，才是最安全的办法。让孩子在坏人面前学会伪装，才能够很好地保护自己。

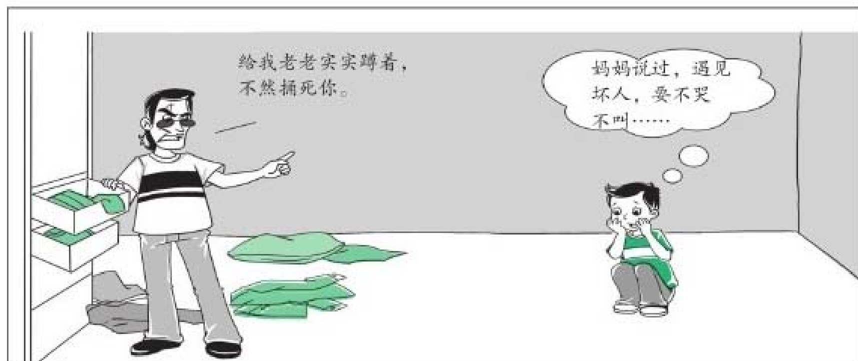
家中闯入小偷，孩子该如何应对



告诉孩子，发现有小偷进入家中后，可以装睡。



告诉孩子，家中看见小偷后要学会逃跑求救。



告诉孩子，和小偷碰面后，要不哭不叫。

告诉孩子，在家中看见小偷后要学会逃跑

通常小偷身上都会带着刀，因为他们想在被人捉住的时候，拿出来吓人。当无法逃脱的时候，他们会狗急跳墙杀人逃命。而很多家长和孩子根本想不到这一点，常常为解心头之恨，总想与小偷拼个你死我活。

作为家长，你要告诉孩子，千万别做无畏的牺牲。如果发现家中有小偷，不要跟小偷理论，也不要企图自己抓住小偷。趁小偷没有发现自己，或者是趁小偷不注意时，向门外跑。跑到楼下安全的地方后，喊人求救，也可以给父母打电话或者打110报警。

告诉孩子，和小偷碰面后，要不哭不叫

家长一定要教孩子学会镇静。告诉孩子，当他和小偷碰面，并且被小偷勒令不许哭不许叫的时候，就千万不要哭也不要叫了。有时候，孩子的哭泣声会使小偷六神无主，他们往往会用手或者毛巾捂住孩子的口鼻，以至于造成孩子窒息而死。但是，当孩子不哭也不闹的时候，小偷通常不会对孩子施暴。相对来说，孩子就安全得多。

安全教育一点通

为了防止小偷入室抢劫，你应该让孩子养成随手关门、随时关窗的好习惯。尤其是孩子独自在家时，他应该提前检查门窗是否关好。

如果孩子被歹徒打倒在地时，应该装晕倒，或者装死。千万不能跟歹徒搏斗，以防进一步受到伤害。

细节8　孩子在宿舍里发现小偷怎么办

有些孩子在宿舍楼道里发现东张西望、形迹可疑的陌生人，却总是不在意，也不会去告诉老师。孩子们想不到，那人可能就是专门来学生宿舍里偷东西的盗贼。发现形迹可疑的陌生人时，孩子应该及时向老师、门卫、保安报告，以防小偷进行下一步的犯罪活动。

孩子上学以后，如果需要在学校里住宿，便涉及到宿舍安全的问题。中、小学生安全防范意识不强，管理财物的能力比较低，容易给犯罪分子以可乘之机。孩子们的安全意识淡薄，他们会把MP3、手持阅读器、手机等物品放在宿舍里。某些不法分子，甚至大摇大摆地到学生的宿舍去行窃。

据某网站报道：一名初三的女生，课间回宿舍取衣服，发现宿舍里有个成年男人正在翻自己的抽屉。女孩大声上前制止，并且质问成年男人。结果，这名歹徒将女孩强奸后又以极其残忍的方式把她杀害了。警方经过几个月的侦破，才将歹徒捉拿归案。

据犯罪分子交代，他发现有一扇窗户没有关，便产生了邪念，沿着墙头跳进了这间位于二楼的女生宿舍。本来他只是想偷点东西就走，却被独自闯进来的被害人发现，于是产生了进一步犯罪的想法。作为家庭安全教育最容易忽略的一个环节，当孩子在宿舍里发现小偷时怎么办呢？孩子如何才能保证自己的人身安全？

安全教育大课堂

当孩子发现宿舍有小偷后，他应该伺机逃出宿舍

小偷通常是穷凶极恶之人，如果把他们的火气给逼上来，就算是再年幼的孩子，他们也不会心慈手软。所以家长一定要告诉孩子，当他发现宿舍有小偷后，千万不能与歹徒硬拼。最好的办法是伺机逃出宿舍，以保证自己的生命安全。

孩子在宿舍里发现小偷怎么办



在宿舍内发现小偷，要马上向老师报告。



在宿舍内发现形迹可疑的陌生人，要及时报告。



告诉孩子不要随便放置自己的贵重物品。

不要看歹徒的眼睛，不与歹徒正面交锋

一旦小偷被发现，他们就会非常心虚。他们害怕孩子记得自己的样子，害怕孩子正视自己的眼睛。那是歹徒道德的底线，他们无法接受。于是，当孩子没有任何逃脱的机会时，可以表现地听话一些，不要看歹

徒的眼睛，也不去阻止歹徒的盗窃活动，尽量不要让歹徒把注意力转移到自己身上。那么歹徒偷完东西，便会匆匆地离开，这样，对孩子的人身伤害几率将会最小。

在宿舍内发现小偷，要马上向老师报告

13岁的毛毛是住校生。一天下午，毛毛回宿舍休息。走到宿舍门口，他发现宿舍的门是半开着的。推开门，毛毛看到一位陌生人在翻同学的箱子。毛毛轻手轻脚地退了出来，快速跑向一楼的教师值班室。毛毛把刚才看到的一幕告诉了值班的老师。随后三位男老师一起冲向了二楼。小偷被老师们用绳子绑了起来。随后赶来的警察把小偷带走了。

毛毛发现小偷后，不动声色地跑去叫老师的行为，既保证了自己的安全，也保护了同学们的财产。事后，老师和同学们都夸奖毛毛，是个既勇敢又聪明的孩子。

当孩子在宿舍内发现正在作案的小偷时，千万不要独自进入宿舍制止，这样会给孩子的生命安全带来极大的威胁。孩子应该迅速向老师或学校保安报告。抓小偷的事情由学校的老师和保安人员来解决。

在宿舍内发现形迹可疑的陌生人，要及时报告老师

有些孩子在宿舍楼道里发现东张西望、形迹可疑的陌生人，却总是不在意，也不会去告诉老师。孩子们想不到，那人可能就是专门来学生宿舍里偷东西的盗贼。发现形迹可疑的陌生人时，孩子应该及时向老师、门卫保安报告，以防小偷进行下一步的犯罪活动。

告诉孩子不要随便放置自己的贵重物品

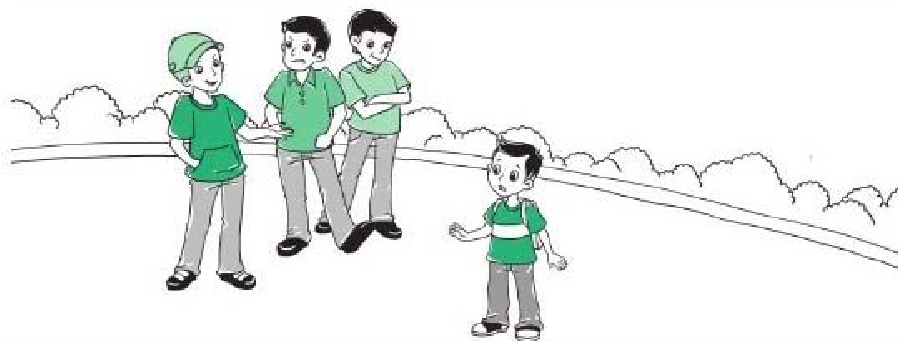
告诉孩子不要把手机、MP3、电子阅读器、学习词典等贵重物品放在宿舍的书桌上，更不要把它们放在床上，以免作案人员发现宿舍内无人时顺手牵羊，从而使孩子的财产蒙受不必要的损失。

为了防止孩子在宿舍内遭到小偷的伤害，应该建议孩子尽量不要独自一人回宿舍。所有人离开宿舍前，应该检查宿舍的门窗是否关严、关紧，以防歹徒从窗户里溜进孩子的宿舍。

安全教育一点通

为了防止校园内部盗窃案件的发生，你应该教孩子学会保留个人隐私。有的小朋友和同学无话不谈，把皮箱里装了多少钱随便告诉同学，结果上完课回宿舍一看，皮箱里的钱没了，于是同学们之间开始互相猜忌。这不但不利孩子性格的发展，而且不利于同学之间的团结。提醒孩子，不但要保留个人隐私，还要尊重他人隐私。

第3章　教孩子防偷防抢的安全策略



细节9　怎样教孩子不把家庭信息透露给别人
细节10　如何教孩子不做“小丢丢”
细节11　被同学收“保护费”给还是不给

细节9　怎样教孩子不把家庭信息透露给别人

要让孩子谨慎对待调查问卷，告诉孩子不能轻易透露家庭信息。有些家长在教育孩子的过程中，只告诉孩子不要那样做，却不告诉孩子为什么不要那样做。安全教育关系到孩子生命的安全和家庭财产安全，家长一定不要忽视，否则将会付出惨重的代价。

家长们非常注意家庭隐私。当父母们守口如瓶的时候，却不知道孩子已经把家庭信息在外面泄露了出去。你可能无法相信，仅仅因为孩子的几句话，就有可能给家庭带来一场灾难。

8岁的豆豆走在路上，一个男人走上前问：“小朋友，19号楼怎么走？”豆豆说：“往前走，一拐就是。”男人又问：“你家住几号楼？你爸爸在家吗？”豆豆说：“我家在13号楼3单元402，我爸爸出差了。我妈妈姓孙……”很快，男人就敲响了豆豆家的门。

豆豆的妈妈一看是个陌生人，本来不想开门，但对方说：“孙大姐，我是您爱人的同事，他出差了，让我捎封信给您。”孙女士便不再怀疑打开了门。那个男人猛地卡住了孙女士的脖子。孙女士被掐晕了，屋内的手机、项链、现金等财物被抢走了。

孩子只是随便说了几句实话，心怀鬼胎的歹徒却牢牢地记在心间。如果豆豆的家长早一点告诉豆豆，不要把家庭情况随便告诉别人，也许就不会有后来歹徒入室抢劫的一幕发生。

安全教育大课堂

告诉孩子，陌生人询问自家的情况要说：“不知道！”

孩子是纯洁善良的，陌生人询问孩子家里的情况时，他往往会把知道的全说出来。可能第二天就会有一个陌生人敲开孩子家的门，对孩子的妈妈说：“我是某某小朋友的老师，我是来家访的。”

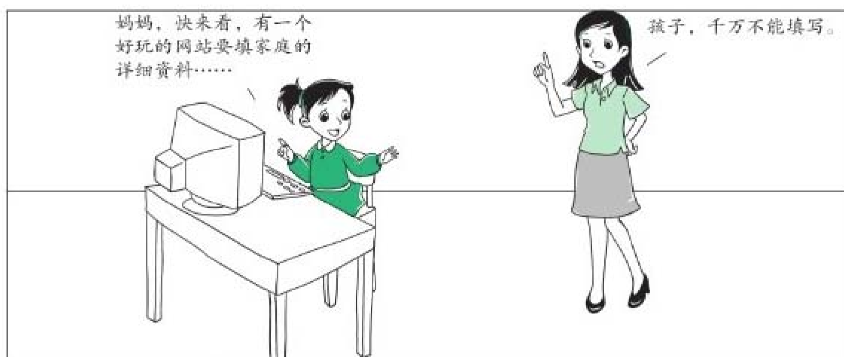
怎样教孩子不把家庭信息透露给别人



告诉孩子，陌生人询问自家的情况要说“不知道”。



告诉孩子，谨慎对待调查问卷，尽量不填家庭信息表。



告诫孩子，上网千万不能随便填写家庭的详细信息。

如果只有孩子一个人在家时，对方有可能会说：“我是你爸爸的同事，你爸爸叫×××，你妈妈叫×××。”家长要随时教育孩子，遇到询问自己家庭情况的陌生人时，要说“不知道”“这是秘密、不能告诉你”。

告诉孩子，谨慎对待调查问卷，尽量不填家庭信息表

家长要经常提醒孩子，谨慎对待调查问卷，尽量不填写家庭信息表。当孩子答应陌生人的要求填写家庭信息表时，往往会存在很多安全隐患。

14岁的小曹是某学校的学生。有一天，他和同学去吃肯德基。一位陌生人对小曹说：“小朋友，我是儿童心理调查工作者。帮我填写调查问卷，就可以得到一个奥特曼玩具。”根据问卷的要求，小曹填上了自己的学校、班级、家庭住址和父母的电话。五天后，小曹参加了学校组织的夏令营出去了。

随后，妈妈接到一个电话，说小曹摔伤急需要2万元手术费。妈妈急得像热锅上的蚂蚁。对方说如果不马上打款，孩子就会有生命危险。于是，妈妈马上向对方给的账号中打入了2万元，随后，那位“医院院长”的手机就再也打不通了。冷静下来后，妈妈才意识到有可能自己上当了。等找到学校老师的电话，打过去一问，才知道孩子平安无事。

如果孩子采用一种友好的态度，为了帮助问卷调查者完成工作，却把自己家的地址、电话、父母名称、学校名称和班级等信息让陌生人知道，就会对你们的家庭非常不利。

安全教育一点通

当孩子长到十几岁的时候，开始频繁地接触网络。有很多必须注册的网站，需要孩子们提交非常详细的个人信息。这时，你应该让他们提高警惕。因为这样做很危险，如果网络黑客或者骗子掌握了你们的家庭信息，很有可能进行盗窃或诈骗活动。

细节10　如何教孩子不做“小丢丢”

不管父母怎么重申：“在外面看好自己的东西，千万别弄丢了！”孩子仍然会时不时地丢东西，小到一支铅笔、一块橡皮，大到几千块的电子词典、手持阅读器、手机等。父母们一定要亮出自己的教育高招。

很多父母会有这样的经历：几天工夫孩子就把刚买的电子表丢了；给孩子买了一顶贝雷帽，刚戴了三天，孩子就把它丢在公交车上了。父母们常常又气又怒，其实，孩子们也很难过。下面看看他们是怎么说的：

8岁的小彤告诉同桌：“我上礼拜上完美术课，就把口琴遗失在音乐教室的凳子上了。回去找的时候，发现没有了。如果再找不到，回家后又要挨妈妈的训了。”

10岁的迎迎哭着对妈妈说：“我的小标兵牌不见了，如果再找不到，同学们会嘲笑我，老师也会批评我的。”

欢欢对警察叔叔说：“上公交车时，妈妈给我买的英语电子词典还在书包里，下车时就没了。如果找不到，我就会遭到妈妈严厉的责备。”

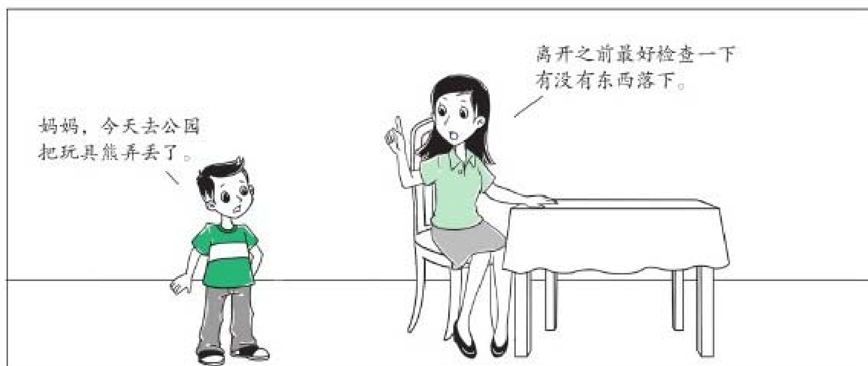
孩子丢东落西的习惯实在令父母们头疼。不管父母怎么重申：“在外面看好自己的东西，千万别弄丢了！”孩子仍然会时不时地丢东西，小到一支铅笔、一块橡皮，大到几千块的电子词典、手持阅读器、手机等。对此，父母们一定要亮出自己的教育高招。

安全教育大课堂

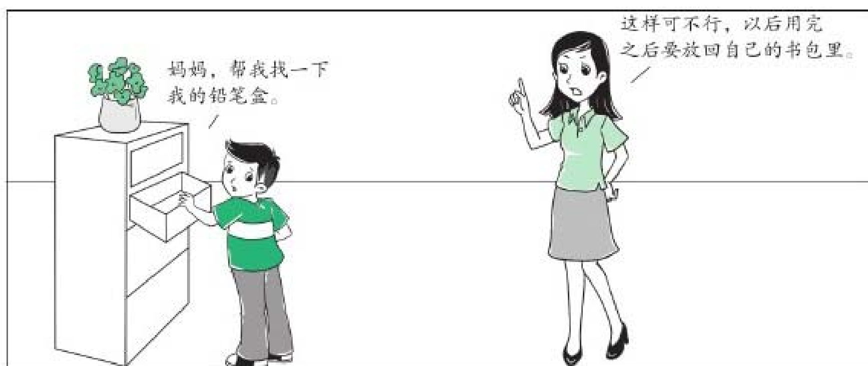
告诉孩子，离开之前一定要看是否落下东西

如果你的孩子经常丢东西，那么做父母的就要提高警惕了。俗话说：“小时候丢针，长大了丢金。”经常丢东西的孩子，会经常遭到别人的责备，自己也会背上思想的包袱。

如何教孩子不做“小丢丢”



告诉孩子，离开之前一定要看是否落下东西



告诉孩子，用完的物品要及时归回原位



父母要教孩子学会写“随身物品清单”。

不管孩子在任何地方做任何事，每次离开之前，应该认真检查一下周围有没有落下东西，这样，可以很好地杜绝随身物品丢失的可能性。

让孩子尽量空手到室外活动

有些孩子喜欢在课间把课本、铅笔盒、运动服、标兵牌等物品带出

教室，等活动时便把物品放在操场上，上课时又忘记带回来。等记起来时，东西早被其他同学拿走了。因此，家长要经常提醒孩子，尽量空手到室外活动。如果已经带出去了，要先把物品放回教室，再进行体育活动。

告诉孩子，用过的物品要及时放回原位

教孩子把物品放回原位，可以很好地防止孩子丢东落西。这也就要求父母们要以身作则，给孩子做个好榜样。随时提醒孩子，不管是在家里还是在学校，都要养成用完物品后及时放回原位的好习惯。随时督促孩子，不让他们随手乱放东西，等孩子下次用的时候，就可以马上找到。

教孩子学会写“随身物品清单”

让孩子写一个“随身物品清单”，可以帮助他们随时清查自己的随身物品，看看是否丢失。有些孩子把雨伞丢在公共汽车上，一连过了好几天都没有想起来，等下雨时，又慌忙找雨伞。有些孩子跟同学打闹把手表弄丢了，直到父母盘问的时候都不知道什么时候丢的。孩子要每天检查自己的随身物品，并且与“随身物品清单”对照，以此来检查自己是否丢失物品，并且把丢失的物品及时找回来。

安全教育一点通

如果你做了上述的努力，仍然不能使孩子丢失物品的毛病得到改善，说明有可能是孩子的记忆力出了点小小的问题。他之所以总是丢失随身物品，有可能是记忆力不佳，父母需要给孩子补充大脑营养。情况严重时，要带孩子去看医生。

细节11　被同学收“保护费”给还是不给

不良少年会对年龄小的孩子说：“不许告诉家长和老师，否则就打死你。”家长针对这点，也要经常对孩子说：“邪不压正，坏人总是要被打倒的，不要管对方说什么，遭到勒索就一定要告诉家长或老师。”

孩子上学后，开始慢慢接触到越来越多的孩子。父母们有没有想过，孩子在上学放学的路上，可能会被年龄更大、身体更壮的孩子勒索？他们以“收保护费”或者“赔偿”为由，向孩子勒索钱财。如果孩子不给，对方就会恶语威胁，甚至拳打脚踢。

前段时间，网上有一篇“东莞少年团伙勒索小学生，不给钱见一次打一次”的报道。说的是一位叫小军的小学生多次被高年级的同学勒索。每次遭到勒索，小军就会从家里偷钱出来交给对方。如果小军不照做，就会遭到同学的毒打。小军只能乖乖地服从，既不敢告诉父母也不敢告诉老师。当父母发现孩子偷钱后，几次盘问，终于让孩子说出了实情。小军哭着告诉父母：“一直不敢说，因为说出来他们就会打死我。”

看完这篇报道后，无数的家长开始担心孩子的安全问题。如果孩子被人勒索了怎么办？是教孩子跟那些人拼命，还是教孩子撒腿就跑？作为父母，我们应该如何教育孩子直面勒索呢？

安全教育大课堂

保持冷静，巧用“缓兵之计”

告诉孩子，被人勒索时首先要保持冷静，不要一见到气势汹汹的大孩子就吓得双腿发抖，尽量向对方说好话“我今天没带钱”“如果带钱会给你们的”“你跟我回家拿”，以防止对方恼羞成怒弄伤孩子。

被同学收“保护费”给还是不给



遇到敲诈，让孩子保持冷静，巧用“缓兵之计”。



让孩子知道，遭遇勒索后，要马上告诉家长或老师。



告诉孩子，可以跟勒索自己的同学讲道理。

还可以教孩子说：“你们在这里等着，我现在就去向同学借钱。”通过这种方法趁机逃脱。如果孩子无法脱身，应该尽量拖延时间，有大人或者老师从身旁经过时要大声求救，从而使勒索者离开。

遭遇勒索后，要马上告诉家长或老师

很多孩子遭到勒索后，忍气吞声却又担惊受怕，整日在恐慌中度

过。被勒索的对象，往往是些胆子比较小的孩子，他们缺乏对抗的勇气，内心中有不满却不敢说出来，更不敢告诉老师和家长。

而父母平时应该鼓励孩子，当他被同学勒索钱财时，要勇敢地告诉父母或老师。不良少年会对年龄小的孩子说："不许告诉家长和老师，否则就打死你。"家长针对这点，也要经常对孩子说："邪不压正，坏人总是要被打倒的，不要管对方说什么，一定要告诉家长或老师。"

向勒索自己的同学进行思想教育

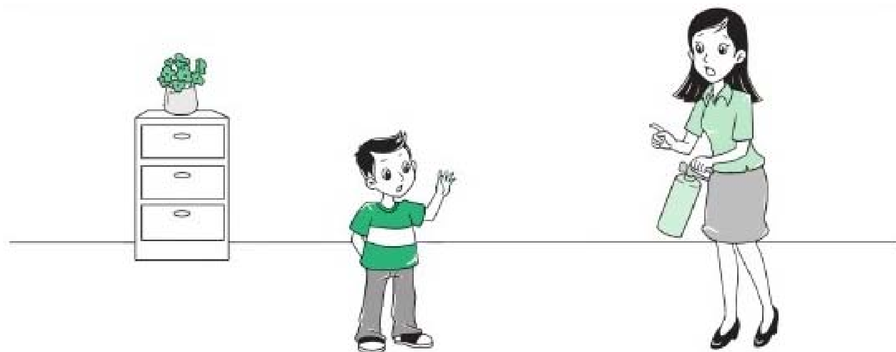
校园内和校园外的勒索案件中，犯罪分子大多为在校和离校的未成年人。他们法律意识淡薄，不知道向他人"要"钱是违法的行为，将要受到法律的制裁。

告诉孩子，当他被人勒索时，可以向犯罪分子讲道理，告诉对方这是一种违法的行为，如果能及时改邪归正，还可以继续上学，长大后做国家的栋梁之才，如果再继续向小同学"收费"，终将会被警察抓住，被关进监狱里。通过这种方法瓦解对方的犯罪思想，使不良少年悬崖勒马。

安全教育一点通

那些经常炫耀自己家有钱的孩子，最容易成为不良少年下手的对象。因此，父母要教育孩子，不能在同学面前显富摆阔，要养成朴素着装、低调消费、勤俭节约的好习惯，这是避免被敲诈勒索的最好方法。

第4章　教孩子正确使用水、火、电的安全策略



细节12　如何教孩子安全游泳、防止溺水
细节13　如何教孩子安全燃放烟花爆竹
细节14　让孩子掌握“灭火密码”，学会使用灭火器
细节15　告诉孩子，电是个很危险的东西

细节12　如何教孩子安全游泳、防止溺水

一位三十几岁的女人坐在水塘边失声痛苦。几年前，她的丈夫因病去世，今天她唯一的儿子又因为独自到水塘里去洗澡，不幸溺水身亡。当孩子的尸体被打捞上来时，妈妈怎么也不敢相信，自己一直为之骄傲的孩子，竟然不在了。

夏季快来了，孩子们早已把游泳衣、游泳镜准备齐全，但家长们却不能掉以轻心，因为每年夏天各地的儿童溺水事件总是频频发生。很多家长正是疏于对孩子进行安全教育，最后才酿成了无法挽回的悲剧。

2010年8月6日，一个9岁的小男孩和亲戚家的姐弟俩一起去买棒冰。在去的路上，12岁的姐姐看到村边的小河里有人在洗澡，于是带着11岁的弟弟一齐跳进了小河里。9岁的小男孩不会游泳，只能站在路边看衣服。但是，姐弟俩跳进去就没影了。小男孩赶紧呼喊救命，等小姐弟俩被打捞上来时，已经溺水而亡。

为什么会发生这种悲剧？因为孩子游泳安全知识的匮乏。但作为家长，应该及早教孩子一些游泳安全的常识，这才是最重要的。

安全教育大课堂

游泳时一定要叫上爸爸妈妈，不能一个人去

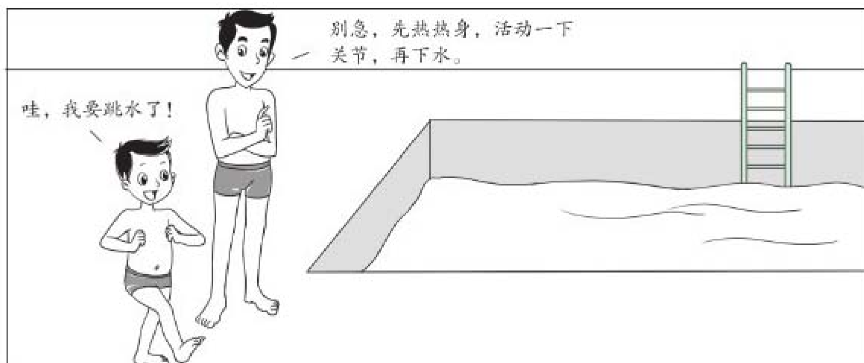
宁宁是个10岁的小男孩。暑假开学后，宁宁发现同桌学会了游泳，他也想学游泳，在放学后，他偷偷跑到校外的小池塘去学游泳。9月份的水已经很凉了，刚入水几分钟，宁宁的腿就开始抽筋，他一边喊救命，一边在水里扑腾。幸好当时有个村民从河边经过，很快将宁宁拎了起来。

有的孩子一个人悄悄地到河边、湖里游泳，由于在水中受凉，脚部抽搐，很容易发生溺水。孩子的生命将如浮萍一样，顺水而去。所以，快到夏天时，父母就应该给孩子提前念好紧箍咒：“宝贝，去游泳时一定要带上爸爸妈妈，千万不能一个人去！因为，那样做是很危险的。”

如何教孩子安全游泳、防止溺水



孩子游泳时一定要叫上家长，不能一个人去。



教孩子，做游泳前的热身运动，以防受伤。



教给孩子游泳时的急救自救知识。

游泳要去正规游泳池，河沟、水塘、水库去不得

正规游泳池水质卫生、保护设施好，又有救生员监督，对孩子来说比较安全。野外的河水虽然“诱人”，却是事故频频发生的地方。因此，河沟、水塘和水库千万不能去。如果在水底有石头的地方跳水，会磕破

头；如果水底有水草，孩子的脚很可能被缠住。许多孩子出事就是因为把河沟、水塘、水库当成了游泳池，一个猛子扎进去，结果再也上不来了。

教给孩子游泳时的急救自救知识

如果孩子游泳时手脚突然抽筋，应该马上停止游动，然后仰面浮在水上，试着拉伸抽筋的部位。如果抽筋现象得不到缓解，就要马上向周围的人求救。

当孩子在游泳时感觉到身体疲惫，应该立刻上岸。如果没有力气游回去，就要想办法让自己仰浮在水面上，一面放松身体保留体力，一面挥手呼救。等救援的人出现时，孩子应该尽量把手交给对方，千万不能死死地把对方抱住。否则，不但不能安全返回岸边，还有可能导致救援人员溺水。

安全教育一点通

父母带孩子去游泳时，最好是饭后一小时后。太饱或者太饿，都不宜游泳。如果孩子刚吃过饭，饭后胃部发胀，游泳时水会压迫胃部，容易发生呕吐。如果孩子在饭后数小时已经感觉到饿的时候去游泳，容易因为体力不支而发生溺水。

细节13　如何教孩子安全燃放烟花爆竹

除夕之夜，举家团圆。但是，一对父母却焦急地抱着孩子冲向了医院的急救室。孩子满脸是血，双眼紧闭。妈妈一边哭，一边大声呼喊孩子的名字。虽然死神没有把孩子的生命带走，却夺走了孩子光明的世界。

“爆竹声声辞旧岁”“火树银花不夜天”，这些诗句描绘的都是新年的气象。可是，我们在节日狂欢的同时，别忘了安全燃放烟花爆竹的问题。烟花爆竹是极具危险性的易燃易爆品，如果不懂得正确燃放，就会伤人或者引起火灾。春节前后，孩子们凑在一起放爆竹，为了玩得开心，他们不断地变换花样，却不知道危险正在笑声中慢慢靠近。

几个八九岁的小男孩，在一起放爆竹的时候，为了寻求刺激，把鞭炮塞进了啤酒瓶里。结果点燃后，鞭炮引起了啤酒瓶爆炸，霎时间碎玻璃片满天飞，围观的孩子们无一幸免。两个孩子的眼睛，被飞来的玻璃片扎瞎了。三个孩子胳膊也被玻璃片扎伤了。

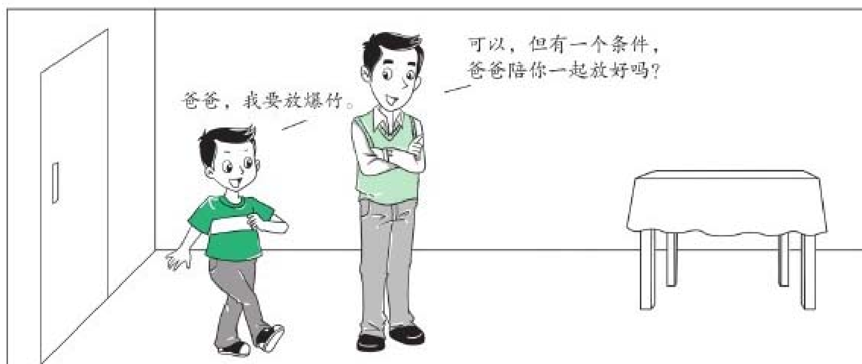
让孩子私自燃放爆竹就是这么危险。据北京市某医院的急诊科的马医生说，春节前后，医院接收的儿童急诊病人中，80%是由于不安全燃放烟花爆竹而造成的。不正确燃放烟花爆竹，不仅会对孩子的身体造成伤害，还有可能引发火灾。引导孩子如何正确燃放烟花，是家长们必备的一课。

安全教育大课堂

烟花爆竹是危险品，不是玩具！

告诉孩子，烟花爆竹不是橡皮玩具！烟花爆竹里面装的是火药，它被引燃之后，里面的火药发生爆炸，同时放出响声并迸发火焰，这就是我们听到的鞭炮声和看到的烟火。这些火药制成的烟花爆竹，在燃放的时候爆炸力很强，所以一定要小心。让孩子知道，越是好看的、放得高的烟花，越是危险。这种烟花爆炸起来威力很大，完全能把人炸伤或者炸死。告诉孩子，想放烟花的时候，一定要叫上大人陪同，千万不能自己偷偷拿出去燃放。

如何教孩子安全燃放烟花爆竹



告诉孩子，放烟花的时候，一定要大人陪同！



和孩子一起找一个安全的地方放烟花。



放爆竹的时候，要教给孩子正确的点燃姿势。

教你怎样正确点燃爆竹

每到放爆竹的时候，家长都会反复叮嘱孩子，燃放的过程中要注意安全。有的孩子会问：“你把烟花爆竹说得这样危险，那么爸爸放的时候为什么没有出事呢？”告诉孩子，如果你学会了怎样来正确燃放烟花爆

竹，就安全多了。火柴和打火机虽方便，但是明火太大，容易大面积引燃爆竹，所以不能用它。

这种姿势最安全

放爆竹的时候，要采取正确的点燃姿势。燃放爆竹首先要保护好耳朵，先将左臂伸上去，用肩膀部分护住左耳，然后左胳膊环抱头顶，伸左手捂住右边的耳朵。为了保护眼睛，点燃之前要把头偏向一边，尽量离开爆竹远一点。点燃爆竹时，应将胳膊伸长点燃引线，然后迅速跑开。

放鞭炮时，不要搞恶作剧

有的小孩胆子大，喜欢把鞭炮拿在手里放，这样做绝对不行！告诉他，万一鞭炮炸响了，他还没来得及扔出去，那就难逃厄运了。如果鞭炮在手里爆炸，不仅会炸伤手臂，还会危及脸部和眼睛。小男孩一般都比较顽皮，总是拿着小鞭炮向人堆里乱扔，这种做法很危险。千万不能拿鞭炮搞恶作剧，如果鞭炮炸到别人的头上，可能引燃头发，造成烧伤和毁容，如果引燃了衣服，也是很危险的。

找一个安全的地方放烟花

教孩子知道，放烟花爆竹首先要找一个安全的场所。放烟花爆竹绝对不能在家里燃放，即使是威力小的鞭炮也不行。家里到处都是窗帘、衣物等，如果鞭炮的火星溅到上面，就有可能会引起火灾。人多的地方也不能放爆竹，鞭炮点燃后容易乱飞乱蹦，万一溅到人群里，就会炸伤他人，或者引燃衣服。

烟花爆竹是孩子感兴趣的高危险品，如果我们现在提早教会了他们正确的燃放方法，就会避免日后发生危险和意外。孩子安全了，我们的节日才会过得更喜庆、安心。

安全教育一点通

烟火爆竹属于易燃易爆品，由成年人来燃放安全性较高，原则上不提倡儿童燃放。在购买产品时，父母最好购买正规厂家生产的、符合国家安全要求的产品，不要图便宜购买“私炮”。在选择烟花品种时，如果孩子年龄较小，就选线香类。孩子年龄大些，才可以选用玩具类烟花。

细节14　让孩子掌握“灭火密码”，学会使用灭火器

使用灭火器之前，首先要上下摇晃几下，然后用力拉出左侧的保险栓。用一只手握住灭火器的喷嘴，另一只手用力向下按压把。当白色的粉末喷出时，将喷嘴对准火焰的根部横向扫射，便可以把火扑灭。

当孩子身边出现火情后，他除了想办法逃生外，还应该试着自己扑灭火源。这就要求你的孩子会用灭火器。如果孩子用水灭火的话，很可能会延误最佳的救火时机，从而使小火酿成火灾。

2010年1月4日上午，中国矿业大学某宿舍内床位起火。当时情况紧急，需要学生们马上用灭火器灭火。但是，当学生们拿到灭火器后，却不知道如何使用。最后，孩子们不得不打自来水灭火。幸运的是，当时的火势很小，宿舍里的人又多，几盆水下去，火情得到了有效的控制。

通过这件事，让我们看到了青少年消防安全知识的匮乏。不要让你的孩子上了大学还不会用灭火器。

安全教育大课堂

把灭火器放在客厅，让孩子轻松找到

周末，天天一个人在家，忽然闻到一股呛鼻的烟味儿。天天跑到厨房一看，原来是垃圾筒着火了。说时迟，那时快，天天拿起门后的灭火器，拔下消防栓，按住喷嘴向垃圾筒一阵扫射。很快，火被熄灭了。天天不但救了自己，也挽救了家里的财产。

对于家庭来说，最常用的是手提式灭火器。父母应该把它们放在客厅靠墙位置或者厨房门口，这样更方便大家在第一时间找到灭火器。

父母在教育孩子的时候，应该告诉他：“如果发现家里着火了，就马上跑到客厅寻找灭火器。它可以轻松地把火‘消灭掉’。”

让孩子掌握“灭火密码”，学会使用灭火器



把灭火器放在客厅，让孩子轻松找到。



让孩子练习使用灭火器。



告诉孩子使用灭火器时的注意事项。

让孩子练习使用灭火器

家庭教育的最好方式是，父母把教育融入到游戏中来，在轻松欢快的氛围下跟孩子一起进行使用灭火器的演练。

如果是干粉灭火器，在演练的时候，你要告诉孩子：“使用之前，首

先要上下摇晃几下，然后用力拉出左侧的保险栓。用一只手握住灭火器的喷嘴，另一只手用力向下按压把。当白色的粉末喷出时，将喷嘴对准火焰的根部横向扫射，便可以把火扑灭。”

有的孩子拿起了灭火器，怎么也按不下压把。因为他没有拔出保险栓。还有一种情况是，灭火器明明打开了，却喷不出粉末来。因为里面的干粉结块了。在使用前要先把灭火器来回摇晃几下，让干粉变得松散，这样就容易喷出了。

告诉孩子使用灭火器时的注意事项

灭火器内部的压力很大，我们使用它的时候，不要把盖子和底部朝着自己的身体，万一压力过大，盖子弹出来，就会把人击伤。从灭火器喷出的物质是超低温的，人体接触到它，就会冻伤，所以绝对不能把喷嘴向人喷射。灭火器的金属导管温度也很低，所以不要用手去抓它，为了防止冻伤，正确的方法是用手握住喷嘴上的那个木把。

告诉孩子，灭火的时候一定要先保证自己的安全。刚开始起火或者火势比较小的时候，可以使用灭火器，一旦火势变大，就要先想办法逃出去。

安全教育一点通

1.为家里准备一个灭火器，这是家长应该做的事。

2.家长要及时对家里的灭火器进行检修。父母们还应该明白，灭火器是有有效期的。一般的手提式灭火器的使用期为2至12年不等。最常用的干粉灭火器，有效期只有2年。

细节15　告诉孩子，电是个很危险的东西

一位妈妈担忧地说："家里有两个不满八岁的孩子，天天调皮得让人头痛。一切都可以忍受，就是担心孩子乱摸电线、电器、插线板时引起触电。即使饮水机后面的电源线，他们也会站在那里又拉又拽。孩子们根本意识不到触电的危险，这该怎么办呢？"

我国每年会有超过千名的儿童遭受电击。因拉扯电线或随手触摸插线板而受伤的儿童达到70%以上。孩子们一旦触电，内脏就会受损，呼吸困难，严重时会窒息而死。

几个月前，黄先生5岁的儿子超超，将钥匙插进客厅的插线孔里，不幸触电身亡。黄先生后悔没有把屋子里的电源插座封起来，也后悔没有提前教育孩子不能用手乱摸电源插座，才导致了这样的悲剧发生。

儿童的心智发育还不成熟，不懂得触电的危险性。因为家长疏忽大意，导致儿童在家庭里触电受伤的事件频频发生。因此，在这里提醒家长，应该提早对孩子进行"反触电"教育。

安全教育大课堂

告诉孩子，不能用潮湿的身体碰触家用电器

很多孩子会有这样的习惯，刚刚洗完手，还没来得及擦干，就跑去摸家电或带电的电线。如果电器、电线漏电，孩子用湿手触摸，很容易触电。

为了防止孩子因湿手触摸电器而触电，你应该经常对他说："宝贝，洗完手以后要马上把手擦干。如果手上又湿又潮，很容易被电伤哟！"

告诉孩子，电是个很危险的东西



告诉孩子，不能用潮湿的身体碰触家用电器。



告诉孩子，不要当家里的电工。



告诉孩子，不要在浴室里使用电吹风。

告诉孩子，不要当家里的电工

12岁的男孩小凡总喜欢在家里充当电工的角色。有一天，家里的热水壶坏了，他便拿起工具把热水壶打开了。他学着爸爸的样子去拆电线，没想到，“砰”地一下，电线短路了，小凡的左手被打伤。

有些孩子很喜欢学着电工的样子，给家里的电器进行简单维修，而父母们甚至会觉得自己的孩子很能干。其实，随意拆装家用电器，是非常危险的事情。尤其是青少年儿童，很容易因触电而威胁到他们的生命安全。

当家里的电线、电器等出现故障时，你应该请专业的维修师傅进行维修。告诉你家的宝贝："电线破损了，妈妈会找电工来修，自己千万不要偷偷去修，不光是宝贝，就算是爸爸妈妈也不能这么做的。"

告诉孩子，不要在浴室里使用电吹风

不久前，一个14岁的女孩在家里洗澡。洗完澡以后，便站在浴室里用电吹风吹头发。结果因电吹风漏电，女孩触电身亡。

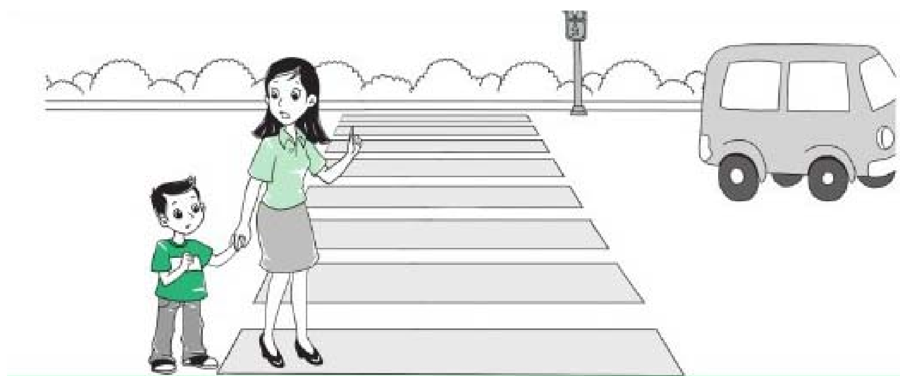
很多人都会有这个习惯，洗完澡后，便直接在浴室里使用电吹风。但是，家长们却不知道，电器如果受潮或者淋水，很容易漏电或者短路。如果人碰到它，就会发生触电的危险。所以，当你的孩子那样做的时候，你应该把孩子带到干燥的房间里，然后对他说："在浴室里使用电吹风很容易被电伤。"

安全教育一点通

1.告诉孩子，如果发现有人触电，千万不能伸手去拉。触电的人身体上带电，如果孩子伸手去拉，自己也会触电。他应该马上切断电源，然后再想办法救人。如果是孩子不能处理的情况，应该马上大声呼救，或者打电话报警。

2.父母发现孩子触电后，首先要切断电源，然后马上实施抢救。听一听孩子的心跳、呼吸是否正常。如果孩子的呼吸已经停止，父母应该立即给他进行人工呼吸及胸外心脏摩擦，以挽回孩子的生命。

第5章　教孩子远离“马路杀手”的安全策略



细节16　过马路，左右瞧，要走就走人行道
细节17　让孩子知道，铁路边很危险
细节18　如何教孩子做个安全的“小自行车手”
细节19　如何让孩子安全乘坐公共汽车

细节16　过马路，左右瞧，要走就走人行道

俗话说：初生牛犊不怕虎。孩子越小越不知道什么是危险。即使面对马路上飞驰的汽车，孩子也会毫无惧色。很多孩子没有交通意识，想过马路时，就会马上冲向对面。因此，家长一定要告诉孩子：“横过马路时不能乱跑，要走斑马线，否则就会被车辆撞伤。”

我国是一个交通事故多发国，平均每天约有300人在交通事故中丧生。看到这一惊人的数字，相信家长不可能无动于衷。因为孩子在上学和放学时，正是上下班的人流高峰期。道路拥挤不堪，交通压力过大，孩子很容易在马路上发生危险。如果孩子交通安全意识淡薄，不按交通规则过马路，发生意外的可能性就会非常大。

2010年5月23日17时，北京市某小区10岁的亮亮在穿越机动车道时，被迎面驶来的黑色轿车撞倒。孩子被送到医院，因抢救无效不幸身亡。

2010年6月2日12时，家住北京市石景山区的男孩杨强，和爸爸一起回家吃饭。爸爸牵着杨强的手，打算过马路。但是孩子突然看见马路

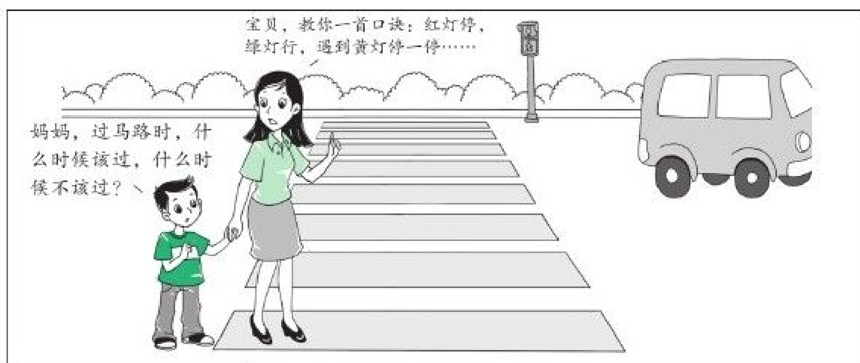
对面的妈妈，挣脱爸爸的手，向马路对面跑去。刚迈出几步，就被从后面驶来的一辆奥迪轿车撞飞。杨强当场身亡。

无数孩子用生命诠释了遵守交通规则的重要性。尽管交通事故一再发生，但有些孩子却还不认识斑马线，不懂得红灯停绿灯行。作为家长，我们首先要教育孩子如何安全过马路。教孩子过马路时一定要遵守交通规则。不遵守交通规则，必然会换来血的教训。

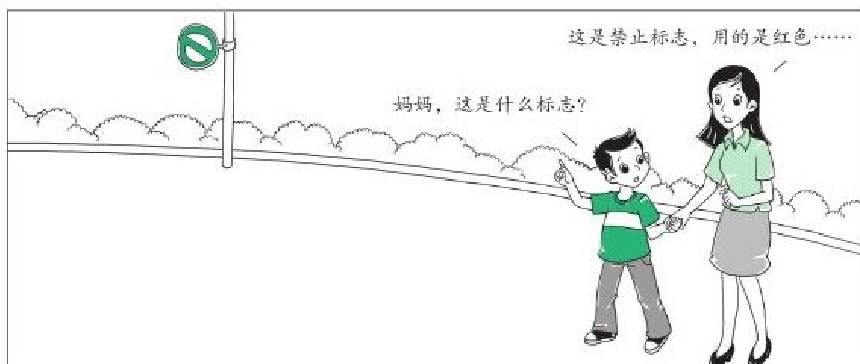
过马路，左右瞧，要走就走人行道



告诉孩子：“横过马路时，走斑马线才安全。”



告诉孩子：“红灯停，绿灯行，遇到黄灯停一停。”



教孩子认识几种重要的交通标志。

安全教育大课堂

告诉孩子：横过马路时，走斑马线才安全

俗话说：初生牛犊不怕虎。孩子越小越不知道什么是危险。即使面对马路上飞驰的汽车，孩子也会毫无惧色。很多孩子没有交通意识，想

过马路时，就会马上冲向对面。因此，家长一定要告诉孩子："横过马路时不能乱跑，要走斑马线，否则就会被车辆撞伤。"告诫孩子，翻越栏杆或者隔离带都是非常危险的事情，更不能横穿高速公路。

告诉你的孩子，马路上用白色平行线（像斑马纹一样）组成的标志就是"斑马线"。我国法律规定，汽车在行驶过程中，遇到有斑马线时应当减速慢行；遇到有行人从斑马线上走过时，汽车应该停下来让行人先过。行人走斑马线，大大增加了安全系数。

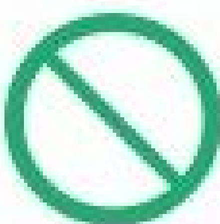
告诉孩子：红灯停，绿灯行，遇到黄灯停一停

对于家长来说，红灯停绿灯行的交通法则早已经烂熟于心。但是幼小的孩子，根本不知道什么时候可以通过马路，什么时候需要停下来耐心地等候。如果孩子不按信号灯的指示过马路，即使走在斑马线上，也极有可能发生危险。

当家长带着孩子经过有红绿灯的人行横道（斑马线）或者十字路口时，要有意识地教孩子认识红、黄、绿三种灯亮起时所代表的意义。红灯亮起时，代表禁止通行，需要行人在路口等候。黄灯闪烁时，代表不准再进入人行横道，但已经进入的可以继续通行。绿灯亮起时，代表准许通行。只有孩子领会了红绿灯代表的意义，才能够正确地遵守红灯停绿灯行的规则，安全过马路。

教孩子认识几种重要的交通标志

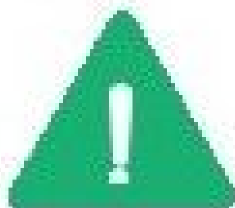


















黄色系的三角形警告标志：它是用来警告车辆和行人注意危险地点的标志。家长可以制作几张彩色的交通标志卡片，经常拿在手里，让孩子辨认，并且说出它们所代表的意义。这样可以加深孩子的记忆和对交通标志的理解。

红色系的禁止标志：禁止或限制车辆、行人交通行为的标志。家长一定要让孩子记住：一个小黑人身上画一道红杠的是禁止行人通行的意思。比如地铁隧道口、火车隧道口都会有这样的标志。如果孩子看到了却不明白标志的意义，继续通行的话，可怕的事情极有可能发生。

蓝色系的指示标志：它们是指示车辆、行人行进的标志。尤其是第一个人行横道的标志，家长一定要指给孩子看。不要让孩子因找不到人

行横道而站在马路边哭泣。

安全教育一点通

在过马路的时候，男孩会比女孩表现得更加大胆。但是，这也代表更加危险。父母牵着孩子的手通过马路的同时，还要让孩子注意以下几点：

1.经过没有人行横道的马路时，要确保路面上没有临近的车辆；

2.有过街天桥或地道的，须走过街天桥或地道；

3.严禁道路上推扒车、追车、强行拦车或抛物击车；

4.马路对面有熟人、朋友呼唤，或者自己要乘坐的公共汽车已经进站的时候，千万不能贸然行事，以免发生意外。

细节17　让孩子知道，铁路边很危险

孩子在铁轨边意外伤亡的事件屡有发生。父母要经常提醒孩子，不要在铁轨边行走，更不能到铁轨边玩耍。列车在行进中会产生强大的气流，把在铁轨边的行人冲倒压伤，即使在铁路两侧的一二米外行走，仍然存在危险。

铁轨对孩子有着无法言传的吸引力，那长长的伸向远方的铁轨，把孩子们从家里或者学校里勾引出来，像饿鬼一样吞噬了他们幼小的生命。尽管如此，孩子们仍然像着了魔一样徘徊在铁轨周围，久久不愿意离去。

一天早晨，8岁的女孩丽丽带着6岁的雪雪爬过小土坡，在铁轨边行走。两个小女孩手拉手，一边走一边笑。十分钟后，一辆疾驰的列车呼啸而过。火车驶过的气流，把两个孩子卷进了车轮下，又狠狠地甩了出去……当孩子的父母们赶到现场时，痛苦得几乎晕死过去。他们无法相信，一个小时前还活蹦乱跳的孩子，转瞬之间就已经是冰冷的尸体。

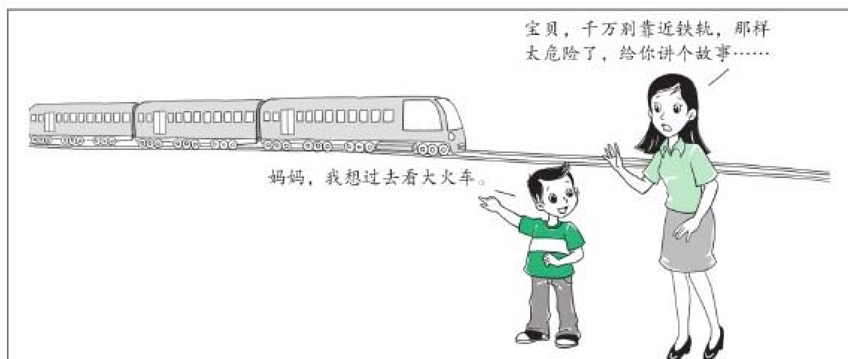
孩子的生命因为一次意外戛然而止，无论对于哪个家庭来说，都是一场灾难。有些家长曾经不止一次地教育过孩子，不要到铁轨边玩耍。但这种枯燥的教育并不能让孩子们感到危险，他们照样还会偷偷地跑到铁轨边捡废品、扔石头、做游戏。父母要让孩子体会到到铁轨边玩耍的危险性，这样才能有效地保护孩子的生命安全。

安全教育大课堂

宝贝，不要在铁轨边行走玩耍

父母要经常提醒孩子不要在铁轨边行走，更不能到铁轨边玩耍，列车在行进中会产生强大的气流，把在铁轨边的行人冲倒压伤。即使在铁路两侧的一二米外行走，仍然存在危险。如果孩子离铁轨再近一点，就会被卷进铁轨中，直接威胁着孩子的生命。

让孩子知道，铁路边很危险



告诉孩子，不要在铁轨边行走玩耍。



告诉孩子，不要向车轮下投石子。



告诉孩子，穿越铁轨前要先向左右看。

告诉孩子，不要向车轮下投石子

在上海某路段的路轨线上，三名十岁左右的男孩玩向火车轮下扔石子的游戏。石子飞快地弹了回来，其中一名男孩的眼睛被石子打伤，另一名男孩的手指折断。为了让孩子懂得扔石子的危险，家长可以和孩子

玩向墙上扔弹力球的游戏。当球反弹到孩子头上时，对他说："宝贝，如果向疾驰的火车扔石子，同样会反弹回来。石子会把宝贝的脑袋弹伤的，到时就得给宝贝打针吃药，会很痛苦的！"

告诉孩子，穿越铁轨前要先向左右看

不要说孩子，很多大人在穿越铁轨时，都没有向左右看的习惯。各地行人穿越铁轨被火车撞死的意外事件时有发生。尤其是那些生活在铁轨附近的家庭，父母一定要经常告诉孩子："穿越铁轨前要先向左右看，两边没有驶来的火车时，才可以安全通过。"

家长可以通过讲解各种伤亡小故事，让孩子们明白在铁轨边玩耍是件很危险的事情。同时，家长还要让孩子学会安全穿越铁道口，不在铁轨上受到伤害，只有这样父母才会更放心，孩子才会更安全。

安全教育一点通

曾经有一个12岁的女孩想穿越铁轨。她走到铁道口，发现一列火车正呼啸而来。女孩想："这铁轨就几步路宽，而列车还在远方，自己可以动作快点赶在列车前面跑过去。"于是，女孩开始和火车比赛跑。就在她马上要赢得"比赛"时，火车以飞一般的速度冲了过来。女孩倒在血泊中，失去了宝贵的生命。所以说父母要提醒孩子，过铁道口时，要给火车让路，不和火车赛跑。

细节18　如何教孩子做个安全的“小自行车手”

有些孩子骑自行车时，速度非常快，拐弯之前也没有伸手示意的习惯。假如孩子身后是一辆正常行驶的汽车或自行车，双方都直行时，相安无事万事大吉，但只要孩子的自行车一拐，后面的车就撞在身上了。

当孩子开始对自行车感兴趣，经常望着自行车跃跃欲试时，父母们应该考虑的是，怎样才能让孩子骑自行车时不受伤。你开始质疑，难道骑自行车也会出现意外吗？

13岁的男孩丁丁和同学骑着自行车去郊外游玩。骑到半路时，丁丁提议大家进行飙车比赛。正骑得飞快，后面开来一辆大货车。丁丁和小伙伴们急忙向路边躲闪，没想到几辆自行车竟然撞到了一起。几个孩子重重地摔在地上。丁丁的脚被压在车轮下，严重扭伤。其他几个孩子也不同程度地擦伤和摔伤。

孩子不懂得骑自行车的安全知识，骑自行车时不遵守交通规则，甚至会与行人、电动车、汽车发生碰撞，将直接威胁到孩子的生命。作为父母，我们一定要及早让孩子懂得骑自行车的安全知识。

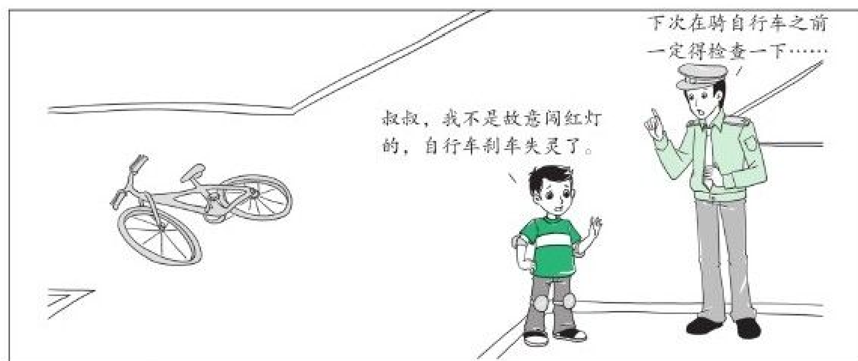
安全教育大课堂

自行车转弯前，要慢行，并且伸手示意

有些孩子骑自行车时，速度非常快，拐弯之前也没有伸手示意的习惯。假如孩子身后是一辆正常行驶的汽车或自行车，双方都直行时，相安无事万事大吉，但只要孩子的自行车一拐，后面的车就跟自行车撞上了。

因此，孩子骑自行车转弯前，要先慢行，然后伸手示意。向左拐时，伸左手；向右拐时，伸右手。这样就可以避免撞车事故发生。当然，选择前后都没有机动车时拐弯最安全。

如何教孩子做个安全的“小自行车手”



让孩子学会给自行车安检，不能“带病”上路。



让孩子骑车遵守交通规则，要做到“八不要”。



告诉孩子，自行车转弯前，要慢行，并且伸手示意。

让孩子学会给自行车安检，不能“带病”上路

男孩克克每天骑自行车上学，从来没有检查自行车的习惯。一天上学的路上，骑到红绿灯路口时，克克一捏车闸，坏啦！自行车刹车失灵了，克克冲着红灯闯了过去，只听到汽车紧急的刹车声……多危险啊！

父母要让家里的小自行车手学会给自行车安检。孩子出门前应该对自行车的车闸、车轮、车座进行检查，没有问题时，才能骑车出门。

孩子如果发现车子“病”了，要赶紧把它送去维修，等自行车“病”好了再骑着出门，不能拿健康和生命开玩笑。

让孩子骑车遵守交通规则，要做到“八不要”

为了保证孩子骑车安全，父母就要经常向孩子灌输骑车“八不要”的理念：1.骑车时不要双手撒把；2.不在道路上追赶，比赛车速、车技；3.不和同学们并排骑车；4.不带人骑车；5.不一边听音乐一边骑车；6.不闯红灯；7.不上机动车道；8.不要骑车打伞。

自行车作为代步工具非常实用，操作起来也非常简单，但是如果孩子缺乏安全教育，将直接导致孩子受伤。家长一定不能忽视对孩子的骑车安全知识的教育。孩子只有懂得了骑车的安全知识时，才能在马路上骑自行车。

安全教育一点通

儿童未满12周岁，不能骑自行车上路。我国交通法规定：未满12周岁的儿童，不能在道路上骑自行车、三轮车。有的孩子刚刚十岁，就已经能够熟练地骑自行车。不管孩子骑车的技术如何熟练，毕竟年龄还太小。孩子只有满12周岁以后才可以把自行车骑上道路，否则不但违反了交通法规，而且也非常容易发生危险。

细节19　如何让孩子安全乘坐公共汽车

孩子慢慢长大，乘坐公交车的机会越来越多。他们需要懂得相应的公交车安全乘坐知识，否则，很容易受到意外伤害。

在北京、上海、广州这样的大城市，孩子自己坐公交车上下学已经很常见。孩子如何安全乘坐公共汽车？这成为当前重要的安全知识教育问题。

北京市某中学的初三学生欣欣乘坐公交车时，和同学在说笑打闹。汽车猛地一颠，欣欣摔倒在车厢里，她的左腿小腿骨折，牙齿被磕掉一颗……

上海某小学的五年级小学生郑涛乘坐公交车时，因为车内太热，便把胳膊伸到车窗外，结果被从对面驶来的汽车挤伤，造成左臂粉碎性骨折。

为了孩子的人身安全，为了孩子的健康成长，一定要对孩子进行必要的公交车安全乘坐知识教育。否则，孩子乘坐公共汽车时，发生意外伤害的可能会非常大。

安全教育大课堂

公交车进站时，告诉男孩不要随车奔跑，更不能抢上抢下

每天上下班高峰期车站拥挤的人流，成了大城市里的一道风景。公交车进站时，人们为了能挤上车，常常跟着汽车跑一段。但是，我们必须制止孩子这样做，因为他们随车奔跑，很可能会被绊倒，被大人踩伤。

父母还要提醒孩子，他们的体力与成年人比相差悬殊，在拥挤上车的过程中，很容易被成人挤倒或者挤伤。告诉他们，必须等汽车停稳后再上车。上下车时不参与拥挤，按顺序上下车。

告诉孩子，不要在公交车上吃东西

9岁的浩浩每天乘坐公交车上学、放学。一天下午，浩浩坐在公交车上，正在吃大豆。司机突然紧急刹车，浩浩猛地向前一扑，刚才放到嘴里的大豆还没有嚼碎，就整个咽了下去。这次意外，导致浩浩的喉咙、食道多处划伤，一个星期内只能吃流食。

如何让孩子安全乘坐公共汽车



公交车进站时，让男孩不要随车奔跑，更不能抢上抢下。



告诉孩子，不要在公交汽车上吃东西。



让孩子牢记，没有座位时不要站在车门边。

在汽车行驶过程中，遇到路面颠簸或者司机急刹车时，孩子如果正在吃东西，很容易被呛住、噎住或者使喉咙、食道受伤。让孩子养成良好的乘坐习惯，坐车不吃东西。如果肚子实在饿，可以在上车之前或者下车之后吃。

不要让孩子把头和手伸出车窗

孩子们的安全乘车意识非常淡薄，他们坐车时会忍不住把头和手伸出车窗。父母一定要告诉他们，这样做是非常危险的。因为当孩子把身体的某一部分伸出车窗时，很可能会被路边的树枝划伤，也可能会被从对面开来的汽车的反光镜刮伤。告诉你的孩子：“乘车时，要用双手扶住前排座位的后背，这样才不会受伤。”

告诉孩子，没有座位时不要站在车门边

有些孩子上车后没有找到座位，便站在车门边。家长一定要告诉孩子，这样乘车其实很危险。因为当汽车紧急刹车时，孩子很容易摔倒。当车门突然打开时，孩子也有可能被甩出车外。孩子们应该站在车子的中间部位，抓紧车上的扶手。

安全教育一点通

父母带孩子乘车时，要进行实地教育。告诉他，乘车时不能和小朋友打闹嬉戏，以免摔伤；不能和司机攀谈，以免分散司机的注意力，引发交通事故；不向车内和车窗外乱扔水果皮、饮料瓶、食品袋等杂物，以免伤及他人、污染环境；不带汽油、烟花爆竹等易燃易爆品上车，以免引发汽车火灾。

第6章　教孩子抵制网络“魔鬼”的安全策略



细节20　怎么让孩子杜绝“黄色”污染
细节21　孩子怎么做才能提防网络骗局
细节22　孩子怎样交友聊天才安全

细节20　怎样让孩子杜绝“黄色”污染

据有关调查显示，在上网的学生中，偶尔浏览黄色网页的有76.8%，一直浏览黄色网页的有15.4%，逾九成学生曾经浏览过黄色网页，近六成学生参与过匿名网聊。“网络垃圾”深深地污染着孩子的心灵。

对于孩子来说，网络很奇妙，它丰富多彩，让他们感到新奇和快乐，但也会给他们带来许多难以抵制的不良诱惑。网络上隐藏的形形色色的“黄”毒，会腐蚀孩子的身心。作为父母，怎样引导孩子杜绝“黄色”污染呢？

2009年4月，宜州某街道接连发生两起小学生被猥亵事件。经警方侦破，发现施暴者竟然是一名叫小海的15岁孩子！警方进一步了解到，这名男孩之前对4名女生进行过性骚扰。警方从小海的父母口中了解到，小海上网时无意间进入了一家色情网站，被其中挑逗性的文字和暴露的图片所吸引，才深受其害。当妈妈发现小海浏览“黄色”网站以后，就把家里的网断了，没想到小海竟然借了别人的身份证，出入于网吧，还犯下如此大错。

小海的妈妈只是武断地断了网，以为就能避免孩子误入歧途。谁知孩子却在迷途中越陷越深，导致了一系列恶果的发生。这个教训，真是

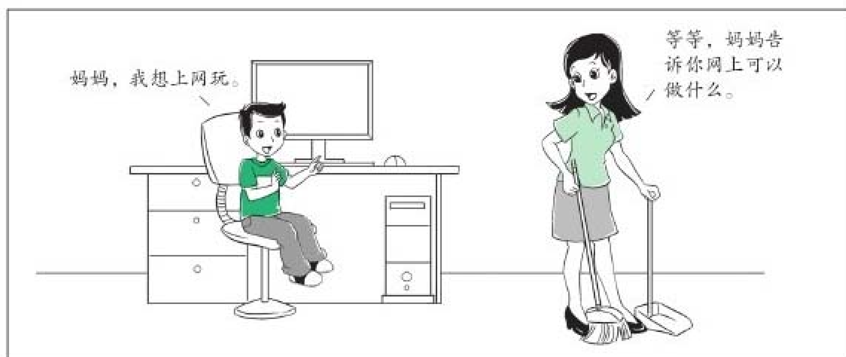
太深刻了。

安全教育大课堂

告诉孩子，网上可以做什么

网络上的内容太丰富了，孩子上网是为了什么呢？孩子在网上可以做什么？网络是让孩子学习的，可以学到一些在课本上没有的知识；网络可以让孩子放松，玩一会儿游戏，听一首歌，看一部电影，孩子平日学习的紧张状态可以得到调节；网络可以让孩子净化心灵，看一些阳光进步的书籍，听一些青春高雅的音乐，慢慢地会陶冶孩子的情操，培养孩子的艺术素养。告诉孩子，上网是为了受益，获得更加丰富的知识。

怎样让孩子杜绝“黄色”污染



告诉孩子，网上可以做什么。



让孩子提高警惕，写着“交友”“激情”的窗口，不能点击。



告诉孩子，写着“严禁十八岁以下未成年人进入”的网页，不能进。

让孩子知道写着“交友”“激情”的窗口，不能点击

有很多不良网站，故意设置一些语言露骨的链接或者大量自动弹出的小窗口，这些都在诱惑着好奇心强的孩子。有一次记者调查时，问一个孩子，是怎么搜索到这些色情网站的，这个孩子说，这些不用刻意去

找，多点那些“会动”的图片就行了。在这些写着“交友”“激情图片”的后面就隐藏着大量的不良信息。一旦孩子由于好奇而点开，就很可能深陷其中。做父母的要教给孩子，怎么样使用上网助手、雅虎助手、超级兔子等软件来屏蔽一些弹出窗口。要对孩子说，这些内容会对他们的身心健康造成很坏的影响，一定不能浏览。

告诉孩子，写着“严禁十八岁以下未成年人进入”的网页，不能进

网络上，凡是写明“严禁十八岁以下未成年人进入”的网页，一定不能进。这些网页，有的是正规网站对未成年人的警示，有的却是一些不良网站故意制作的噱头。它采取这种“欲擒故纵”的计策，吸引一些好奇心强、意志薄弱的孩子进入，进而达到其不可告人的目的。

安全教育一点通

当发现孩子浏览色情网站时，父母不能觉得孩子已经堕落了，不可救药了。其实，他只是已经觉得自己长大了，希望了解一些那方面的知识。这时，你可以结合自己的爱情经历，告诉孩子，“性”和“爱”是怎么回事。孩子的神秘感消失了，色情网站也就失去了吸引力。

细节21　孩子怎么做才能提防网络骗局

现实中的骗局花样不断翻新，网络上的骗局更是层出不穷。贪小便宜、想不劳而获、轻易相信网络的人，很容易就会成为网络骗子的猎物。骗局令人防不胜防！很多人可能会因为一个网络骗局而倾家荡产。

网络飞速发展，网络骗局也应运而生。父母要提醒经常上网的孩子，随时警惕网络“骗局”的侵害。如果不加防范，就会很容易上当受骗。

一天下午，杨杨打开新浪邮箱，发现里面有一封邮件。邮件的内容是：“恭喜您中五万大奖了。请点击以下链接，填写个人信息，就可以领取万元大奖！”一看自己中了大奖，杨杨赶紧按着网站的步骤，填写了个人、家庭信息。

刚填完，杨杨又收到了一封邮件。对方说：“由于您的大奖数额巨大，需要向税务部门交纳税款和手续费共计2000元整。请抓紧时间将费用打入银行账号：××××××××××中，超过48小时将取消领奖机会。”杨杨马上偷偷从爸爸的钱包里拿了2000块，给对方的账号打了过去。三天过去了，杨杨的大奖一点消息也没有。当爸爸质问杨杨，杨杨道出事情的原委后，大家才知道原来上当了。

天上不会掉馅饼，不要期望不劳而获，发什么不义之财，中什么大奖。你要让孩子记住，骗子送出的往往不是大奖，而是设计好的陷阱。

安全教育大课堂

告诉孩子，网上的信息不一定都是真的

当孩子面对网络的时候，由于年龄还小，不足以判断另一头的真实情况是怎么样的。做父母的要告诉他，网上的人说的话不一定是真话。有人说他在北京也许他在南京。卖书包的说要卖给你真品而实际上是假货，甚至他根本没有书包。告诉孩子网络的虚幻性，在得出正确的判断前，时刻都不能放松警惕。

孩子怎么做才能提防网络骗局



教孩子上网慎重，保守家庭详细资料。



告诉孩子，不要瞒着家长偷偷上网。



可以和孩子一起看揭露骗局一类的节目，分析受骗人上当的原因。

教孩子上网慎重，保守家庭详细资料

田女士突然接到一个电话，对方要求她打5万块钱到一个账号上，否则，就要去学校绑架她的女儿。田女士急忙报了警。几天后，犯罪嫌疑人被抓获。原来，罪犯是从一家儿童网站上得知田女士的电话的。田女士的女儿思思，曾经用真名在儿童网站上注册过，并且把家庭信息告

诉了一个“小网友”。结果，孩子的注册信息和聊天记录被坏人利用了，用以诈骗。

父母在对孩子进行安全教育时，要让孩子明白，不能随便泄露自己的个人信息，更不能随便公布在网上，不能公开自己的真实姓名、年龄、学校、家庭住址，不要告诉陌生人自己家的电话和手机号，不能随便把自己的照片传给别人，或者发布到网上。骗子的招术是五花八门的。有很多别有用心的人，会利用这些资料，伤害你或者你的家人。

告诉孩子，不要瞒着家长偷偷上网

孩子打开过什么网站，看到过什么内容，进入过哪个论坛，发表过哪些言论，和哪些人认识，都聊了些什么等都是家长必须了解的。告诉孩子，不要向父母隐瞒什么，不要急于删除聊天记录和一些浏览历史记录，如果遇到了骗子，聊天记录可以作为最好的线索和证据。

网上的骗子看不见，摸不着，似乎是无可防备的。其实，骗子的骗术都是相同的。他和现实中的骗子一样，了解了你的信息以后，利用你心理的薄弱环节来欺骗你。告诉孩子，不怀好意的人，只要细心并不难辨别。

安全教育一点通

网络骗局虽然五花八门，但是，狡猾的狐狸终究逃不过猎人的眼睛。家长要多注意有关网络骗术的报道，尤其是要注意身边发生的案例，能起到更好的警示作用。在看电视时，如有揭露骗局的节目，要求孩子一起看，并且共同分析受骗人上当的原因，遇到类似的情况，孩子就不会轻易被骗了。

细节22　孩子怎样交友聊天才安全

有些歹徒会以关心的名义，向孩子打探个人信息和家庭隐私，然后就会利用那些信息实施犯罪活动。你一定要告诉孩子，有人问他的姓名、年龄、家庭时要说不知道，并且马上停止与对方的聊天活动。

如今是网络的时代，网上购物，网上汇款，就连交友聊天也从现实改到了网上。很多孩子小小年纪，就已经是个拥有几年网龄的网民。网络为青少年提供了更加广阔的世界，让孩子们认识到更多的人。但是，孩子们也将会面对更多的不安全因素。孩子如何在网络上交友聊天才安全呢？

2010年5月初的一天傍晚，天津市某校高一女生小丽，告诉父母要到同学家玩，从家里出来后，便再也没有回来。当晚，小丽的父母接到了一个陌生男子的电话，说小丽在他们手上，必须拿20万元来赎。

小丽的父母马上报警。在警方的全力调查下，事情的真相终于水落石出。原来，小丽长期在网上聊天，被20岁的网友黄某骗到家中后，先奸后杀。在等待赎金的过程中，黄某又把小丽的尸体扔进了附近的人工湖中。就在黄某在网吧上网打算进行新一轮的骗局时，被警方抓获。

在网络这个虚拟的世界里，人们本来的面目被隐去了。丑陋的歹徒也可能会以善良的帅哥形象出现。在少男少女们天真的想象和美好的憧憬中，很可能自己已经中了别人布下的陷阱。

安全教育大课堂

告诉孩子，轻易不要与网友见面

有天，正在上初三的小月和一个叫大兵的网友聊天。对方说，手里有小月最喜欢的周杰伦限量版的CD，并且可以低价转让给小月。小月高兴极了，和大兵约好下午在中山公园的门口见面。

孩子怎样交友聊天才安全



告诉孩子，轻易不要与网友见面。



让孩子牢记，QQ资料不能暴露真实信息。



让孩子明白，不认识的人，最好不要加为好友。

小月的妈妈宋女士知道这件事后，坚决反对女儿贸然和陌生的网友见面，但是小月非常想要那张CD，并且表示非去不可。无奈，宋女士只好陪孩子一同前往。天都黑了，那个男孩也没有出现。打对方的手机时，一直是无人接听。小月终于意识到，这可能是一个骗局。否则，为

什么妈妈陪自己来了，大兵却消失了呢！

孩子社会经验少，处世单纯，对聊天对象讲述的内容无法作出正确判断。因此，父母应告诉孩子，当网友提出见面的要求时，马上拒绝他，并且把网友的情况告诉父母，由家长来帮助分析。如果必须同网友见面，孩子千万不可以单独行动，要告诉父母，让父母陪自己一起去。

告诉孩子，QQ资料不能暴露真实信息

在填写QQ资料时，告诉孩子，要加强自我保护的意识，不能填写真实的姓名、年龄、电话、学校等，免得受到不良分子的骚扰。如果QQ空间是开放的，任何人可见，空间里就不可以存放自己的照片，也不要在日志中记录自己真实的信息，否则的话，就对空间设置访问权限，不允许随意浏览。

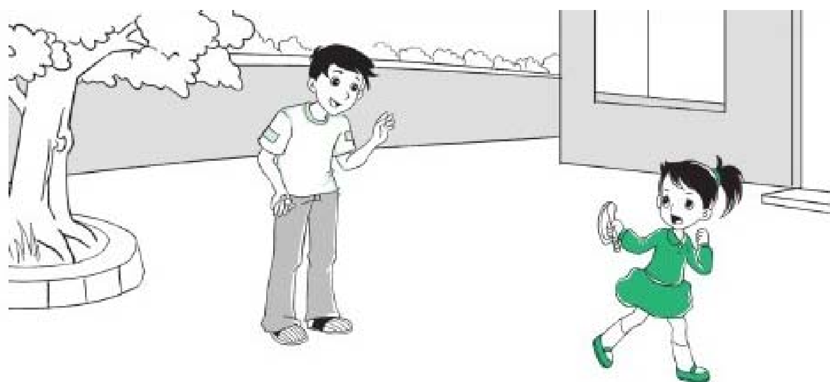
只有认识的人、了解的人，才加为好友

孩子年龄还小，不懂得分辨好人与坏人。告诉孩子，可以和自己的亲人、同学在QQ上加强联系与沟通，不认识的人，最好不要加为好友，如果陌生人要加你，就直接拒绝。不要进陌生人建的群，不进莫名其妙的群，如果是被强行拉入的，要退出。

安全教育一点通

虽然家长总是试图阻止孩子网上聊天，可仅仅靠阻止是不行的。对于尚在幼年的孩子来说，在网上认识几个朋友，说一说自己的心事，说说学校、同学、老师，说说自己感兴趣的某些事物，这都是可以的。只要能够保护自己别受伤害就好。

第7章　教孩子远离性伤害的安全策略



细节23　怎样看待孩子们的“性游戏”
细节24　如何提防熟人的性侵犯
细节25　怎样教男孩呵护自己的隐私部位

细节23　怎样看待孩子们的“性游戏”

许女士带着女儿到黄女士家串门。正在聊天的时候，突然，许女士听见黄女士6岁的儿子对自己5岁的女儿说：“咱们玩医生和病人的游戏吧。我现在是妇科大夫，你到床上把裤子脱掉吧。”许女士和黄女士一听吓得脸色发白，赶紧把两个孩子分开了。

很多父母认为，幼儿时期的孩子太小了，根本不需要对他们进行性教育，等孩子到了青春期再教育也不晚。但在孩子们的游戏中，却已经显露出对成人性行为的模仿。孩子们之间的“性游戏”让父母们感到尴尬和不安。

欠欠和龙龙是好朋友，经常在一起玩。有一天，欠欠的妈妈发现孩子们在房间里半天没动静。推开了门，发现床上凌乱不堪后，妈妈笑着问：“你们在干什么啊？”欠欠把妈妈往外推：“别管，我们做游戏呢！”龙龙走后，妈妈对欠欠说：“宝贝，你们刚才在房间里做什么游戏啦？也教妈妈玩一下。”欠欠说：“妈妈躺下，咱们扮演王子和公主结婚。”妈妈刚躺下，欠欠便爬到妈妈身上，用下身蹭来蹭去。妈妈吓坏了，大声呵斥道：“你从哪儿学的啊？怎么能玩这种游戏呢？”欠欠说：“电视上就是这么演的啊！”妈妈气呼呼地对女儿说：“以后不许玩这种游戏，真丢人！”欠欠大声哭起来……

几乎所有的父母都会遇到性教育的尴尬。因为我们的文化耻于谈性，尤其是对孩子谈。当父母发现孩子和小伙伴玩“性游戏”时，应该怎样教育孩子？

安全教育大课堂

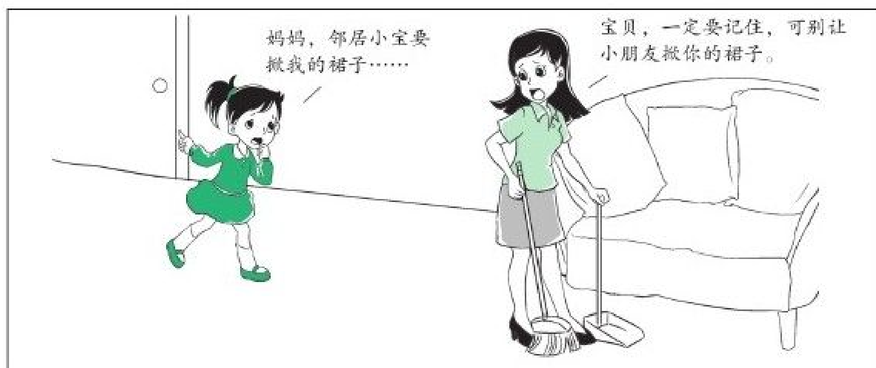
对孩子说：“这样的游戏不文明，很多更有趣的游戏在等着你。”

有些孩子常常和小伙伴玩医生和病人的游戏，父母们在一旁乐呵呵地看着。但不一会儿，“医生”要给“病人”检查下面了。妈妈就吓得脸色发白，跑上前去制止，并且严厉地呵斥。孩子们被吓哭了，不知道自己错在哪里。

怎样看待孩子们的“性游戏”



这样对孩子说：“这样的游戏不文明，有很多更有趣的游戏呢。”



让孩子牢记：“不要让小朋友掀开你的裙子。”



告诉孩子：“屁股和胸不许给别人看，更不许摸。”

妈妈应该心平气和地对孩子说：“宝贝，刚才那个游戏多不文明啊，多没意思啊！你们应该做一个更有意思的游戏！”这时，妈妈可以让孩子们玩老鹰捉小鸡、捉迷藏、跳绳、搭积木等游戏，或者让他们听一段音

乐，跳一支舞，看一部动画片。让孩子们知道，还有很多有趣的游戏可以玩。

告诉孩子："不要让小朋友掀开你的裙子！"

每个父母都从幼儿时期经历过，所以父母们应该能够理解，很多儿童在六七岁时就已经表现出性行为了。比如：男孩喜欢玩"掀裙子"的游戏，孩子们相互摸一摸生殖器，窥视厕所等。

妈妈应该经常告诉孩子："不要让小朋友掀开你的裙子。"孩子问为什么时，妈妈要告诉孩子："宝贝是女孩，女孩的裙子里是不能让男孩子看的，否则就羞、羞、羞。如果哪个男孩胆敢掀你的裙子，就马上告诉妈妈或者老师。"

告诉孩子："屁股和胸不许给别人看，更不许摸！"

5岁的女孩和6岁的男孩在客厅里玩，妈妈们在聊天。但是，妈妈突然听见男孩对女孩说："让我摸摸你的胸，看看大不大。"妈妈们赶紧上前拉开孩子。等客人走了，妈妈开始叮嘱女儿："屁股和胸是女孩的隐私部位，除了妈妈之外，谁也不能看，更不能摸。即使是医生检查，也必须有妈妈在场。"

为了防止孩子性早熟，妈妈要时刻教育孩子，隐私部位不能让别人看，更不能让别人摸。因为那样做很不好，女孩会羞羞。

安全教育一点通

其实"性游戏"在正常的情况下，它不会给孩子们的生理和心理带来伤害。父母们不必过分地紧张，更不必强调性器官与身体其他部位的不同。父母应该温和地拉开孩子，告诉他（她）们这样的游戏不文明，然后把他（她）们的兴趣引导到其他游戏上去。

细节24　如何提防熟人的性侵犯

“叔叔给你一块糖吃，就让叔叔摸一摸”“老师帮你检查一下身体，看看刚才有没有把你打伤”……告诉孩子，当父母不在场时，如果有人随便碰触他们的身体，不管对方多么熟悉，都要大声说“不”！

父母在对孩子进行安全教育时，总是强调要远离陌生人，但却忽略了一点，熟人也非常可怕。从国内外的儿童性侵犯案件调查情况来看，85%的性侵犯者来自于熟人。这些熟人中有孩子的亲戚、邻居、父母的朋友甚至是老师和校长。

张女士的女儿童童12岁了。一天，童童到楼下找同学玩，没过多久神色慌张地回来了。张女士再三追问才知道真相。原来，童童去找同学，进屋后才发现只有同学的爸爸一个人在家。童童打算回家，但同学的爸爸却热情地邀请童童和自己一起看电影。电影快放完的时候，同学的爸爸猛地掀起了童童的裙子，使劲抚摸她的下身……同学的爸爸还对童童说：“不能对任何人说，否则就把你扔到水库里去喂鱼。”张女士知道了事情的真相后，痛苦得泪流满面，赶快带着女儿到警察局报了案。

如果张女士是个粗心的妈妈，对孩子的异常表现不闻不问，发现问题后不声张也不报警，不知道那个男人的恶行还要持续多久，到时孩子受到的伤害将会更大、更深。

安全教育大课堂

尽量不要和异性单独相处，如果相处，最长不超过20分钟

为了防止女孩遭到同学、老师、邻居、亲戚等人的性侵犯，父母们应该教育她们，尽量不要和异性单独相处。如果必须相处的话，最长不超过20分钟。

14岁的女孩到男孩家写作业。女孩一门心思写作业，但16岁的男孩却怎么也静不下来。突然，女孩把书本一收拾说：“20分钟到了，我要回去了。”男孩不解地问：“干什么走啊？再写一会儿吧。”女孩坚定地摇摇头：“如果我现在不回去，我妈妈马上就会出现在你家的门口。”

如何提防熟人的性侵犯



尽量不要和异性单独相处，如果相处，最长不超过20分钟。



让孩子记住，内衣遮盖的地方，不让别人随便“看”和“摸”。



教孩子说：“请拿开你的脏手，否则我要告诉爸爸妈妈。”

设定女孩与异性单独相处20分钟，在异性性侵犯的信心还没有坚定时，让女孩抽身离开。等异性的性侵犯意识非常强烈时，女孩想走都走不掉了。

内衣遮盖的地方，不让别人随便“看”和“碰”

性侵犯者不仅只用暴力，他们可能还会哄骗孩子。比如：“叔叔给你一块糖吃，就让叔叔摸一摸”“老师帮你检查一下身体，看看刚才有没有把你打伤”等。告诉孩子，当父母不在场时，不管对方跟自己多熟悉，都要大声说“不”。内衣遮盖的地方和胸部，不能随便让人“看”、让人“摸”。即使被医生检查，也要有父母在场。

教孩子说：“请拿开你的脏手，否则我要告诉爸爸妈妈。”

告诉我们的孩子，当有人抚摸她的身体，让她感觉不舒服和害怕时，要大声地向对方说：“请拿开你的脏手，否则我要告诉爸爸妈妈。”作为熟人，看到孩子这么勇敢，这么聪明，便会知难而退。

很多孩子被性侵犯后，不敢告诉父母，害怕遭到责备。但是作为父母，我们一定要告诉孩子，不管任何时候，感觉不好不舒服时要马上告诉妈妈。这样就可以防止孩子多次、长期受到性侵犯。

安全教育一点通

有些家长发现孩子被强奸以后，便整日以泪洗面，反复对孩子说：“你这辈子完了”“你的一生都毁了”“希望全没了，真是太失望了。”如果父母这样说，孩子受到强大的心理暗示，长期活在“完了”“被毁”的阴影之下，一生就真的完了。父母应该告诉孩子，这不是你的错，不要责怪自己，对孩子说：“我们会永远爱你，永远相信你。”

细节25　怎样教男孩呵护自己的隐私部位

在中国，很多父母不注意关心男孩的“命根子”。在保护孩子的生殖器方面，男孩一向是被忽视的对象。妈妈要让男孩学会细心呵护自己的小鸡鸡。这样，才不会让孩子的身体留下永远的遗憾。

许多妈妈会认为，男孩的隐私部位不需要特别的呵护，原因就是女孩的阴部更容易感染疾病，而男孩则不会。男孩在很小的时候，的确是这样的。但等孩子再长大一些，妈妈们就一定要注意了，男孩的隐私部位更需要细心呵护，否则很容易生病或者受伤。

9岁的雷雷与同学们一起玩丢沙包的游戏。一帮同学堵在两头，一帮同学被夹在中间。被砸中的那个人就暂时出局，要等到下轮比赛时才能上场。那个沙包里面装了饱满的玉米粒，当时又是夏天，孩子们穿得都很少。一个同学用尽力气把沙包投了过来，正好打在雷雷的裆部。同学们都在笑，可是雷雷却疼得在地上打起滚来。回到家，雷雷发现自己的阴茎呈青紫色，并且有血水流出。

家里有男孩的父母们，应该提高警惕，应该教育好男孩保护好他的隐私部位。否则，以后很可能会留下永久的生理上的遗憾。

安全教育大课堂

告诫男孩子，不宜长期穿紧身的牛仔裤

现代青少年的服装越来越讲究，孩子们的服装里出现了牛仔系列。但是，妈妈们却不知道，过紧的牛仔裤会对孩子的身体造成不良影响。因为牛仔裤布料厚，透气性较差，会形成对青少年睾丸的压迫。身体素质较差的孩子，穿透气性差的牛仔裤，还有可能导致精子生成障碍。因此，父母要提醒孩子，最好不要穿紧身的牛仔裤。如果穿的话，要与其他布料的裤子搭配穿。

怎样教男孩呵护自己的隐私部位



告诫男孩子，不宜长期穿紧身的牛仔裤。



让孩子知道，玩弄小鸡鸡是个不好的习惯。



让孩子经常清洗生殖器，保持小鸡鸡卫生。

让男孩经常清洗生殖器，保持小鸡鸡卫生

男孩的小鸡鸡是身体器官的一部分，像鼻子。鼻子的分泌物叫鼻屎，而小鸡鸡的分泌物叫包皮垢。包皮垢在孩子的身体上存留的时间过长，就会引发瘙痒症。如果孩子用手去抓的话，可能会抓破皮肤造成黏膜发炎。而每天清洗生殖器，就能避免瘙痒和炎症的出现。父母要提醒

孩子，在清洗的过程中，要把包皮慢慢翻上来，让小龟头尽量暴露，才能将其彻底清洗干净。

男孩最好还是仰着睡，摆个“人”字也无妨

对男孩来说，仰着睡更有利于生殖器的健康。因为趴着睡会压迫到阴茎，不利于散热；而侧着睡时阴茎被挤压在两腿之间，生殖器所要承受的压力比站立时更明显，再加上睡姿不好双腿扭来扭去，对身体也不好。

所以，让孩子仰卧着睡，并且把两腿分开，摆着大大的“人”字形，能给小鸡鸡更大的活动空间，更有利于生殖系统的良好发育。

让孩子知道，玩弄小鸡鸡是个不好的习惯

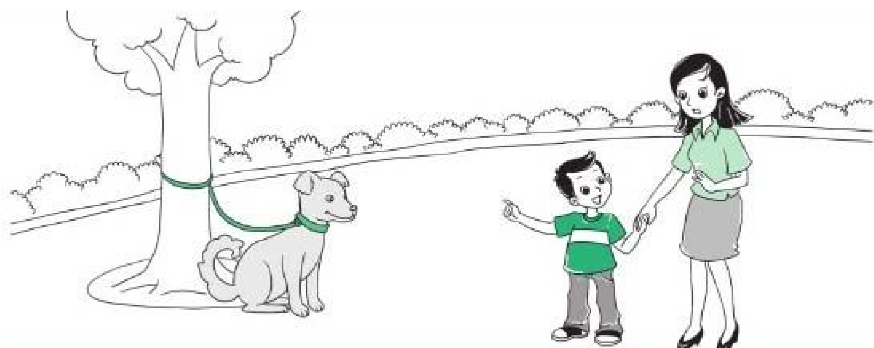
有些男孩喜欢摆弄小鸡鸡，这让大人很是困惑。是性早熟？还是别的原因？该不该打他、吓唬他？这时，父母可以温和地对孩子说：“总用手去摸它，细菌就会跑到里面去，会生病会疼的哦。”父母也可以用玩具转移孩子的注意力。

安全教育一点通

父母不要总是拿孩子的小鸡鸡开玩笑，否则就会使孩子把注意力放在小鸡鸡上，因此形成玩弄小鸡鸡的坏习惯，还有可能去模仿成人的性行为。

家长要提醒孩子，在运动时一定要保护好睾丸，以防造成不必要的伤害。同时让孩子记住，不能随意踢打他人的裆部。当他人踢打自己的裆部时，马上用手来抵挡保护。

第8章　教孩子游戏时远离伤害的安全策略



细节26　孩子，请别碰危险的玩具
细节27　告诉孩子，宠物也会带来伤害
细节28　让孩子知道，哪些儿童文具“带毒”
细节29　怎样让孩子不再搞恶作剧

细节26　孩子，请别碰危险的玩具

孩子用什么样的方式来玩玩具很难预测。家长一定要有强烈的监护意识。要想让孩子远离玩具的危险，从源头上抓起最有效。教孩子学会拒绝那些不安全的玩具，把危险拒之门外，这才是父母给孩子最好的爱。

玩具是孩子最好的伙伴。从宝宝还是个婴儿时，家长就开始为他们买各种各样的玩具：一把小手枪，一头毛茸茸的小狮子……孩子得到了自己喜欢的玩具，渐渐和它们形影不离。就算吃饭睡觉，孩子也会用一只小手抓着玩具。但父母却从来没有想过，玩具也存在安全隐患，威胁着孩子的身体健康。

家家非常喜欢毛绒玩具。有次妈妈送给家家一个没有标签的“黑猩猩”玩具。家家非常喜欢这只“黑猩猩”，每天抱着它又亲又啃，就算睡觉的时候，也会把它抱在怀里。一天晚上，妈妈发现家家身上长了很多红疙瘩，便马上带着家家去看医生。医生说：“孩子是过敏，幸亏来得及时，否则会引起过敏性休克。”回到家后，妈妈赶紧把那只“黑猩猩”撕开，发现里面是黑色的废旧化纤棉，拿到鼻子底下一闻，有股怪怪的味道。妈妈明白了，原来都是玩具惹的祸。

玩具内部的填充物，如果采用废旧塑料和化纤物质，会含铅过高，

容易使孩子造成铅中毒。作为家长，你有义务让孩子懂得如何选购安全的玩具，在选购玩具时应该注意哪些问题。

安全教育大课堂

告诉孩子，有异味的玩具不能玩

孩子们在挑选玩具时不考虑安全问题，但家长一定要考虑。教孩子辨别拿在手上的玩具是不是安全，第一招就是闻。不管是布艺玩具，还是塑料玩具，如果闻到有一股刺鼻的塑料味，最好不要买。因为这种带有刺鼻味道的玩具，往往是化纤产品，对人体的危害非常大。而化纤产品的异味在短时间内不会消失，儿童闻久了，会破坏嗅觉系统。

孩子，请别碰危险的玩具



父母要告诉孩子，有异味的玩具不能玩。



教导孩子不要随意拆开玩具，很危险。



告诉孩子，没有标签、没有无毒标志的玩具，很危险。

内部填充物不均匀的玩具，不能玩

让孩子摸一摸玩具的棱角、边角是不是光滑。尤其是金属玩具，如果有锐利的边、角，就会很容易割伤孩子的手脚。玩具内有填充物时，

也要用手摸，看填充物是否均匀，是否有杂物、异物。填充物均匀，手感好，无杂物、异物时，至少不用担心玩具内部填充物的问题。

教导孩子不要随意拆开玩具，很危险

有些玩具刚刚买回家，玩具上的小零件就被孩子们扔得到处都是。父母们只顾着忙自己的事情，而孩子却把玩具上的小零件偷偷放进了口中，这种情况极易发生意外。所以，家长一定要告诉孩子，买玩具之前，他们应该用小手使劲晃动，任何小零件都不会掉落的玩具，才可以买。

没有标签、没有无毒标志的玩具，很危险

标签上通常会显示玩具由哪些材料构成，告诉孩子，不要买没有标签的玩具。如果是涂有油漆的玩具，要看玩具上面是否有无毒标志。告诉孩子，发声过大的玩具很危险，因为它会破坏儿童的听觉系统。不停闪烁的玩具也尽量不要玩，否则会对孩子的视力造成一定的影响。

安全教育一点通

还有一些玩具表面不光滑，容易擦伤孩子稚嫩的皮肤。有些玩具的尖角锋利，则非常容易刺伤孩子的眼睛。有些玩具则带有恐怖、暴力倾向，会使孩子变得不安、易怒……因此，孩子和父母在挑选玩具时，不能仅凭感观和感觉，应该更加注重玩具的安全问题。

细节27　告诉孩子，宠物也会带来伤害

如果你的孩子在10岁以下，尽量不要让孩子单独与猫、狗相处，以免被咬伤和抓伤。孩子有权利表示对宠物的喜爱，家长则有责任让孩子在不受伤害的情况下与宠物相处。宠物不仅仅指猫、狗，还有小乌龟、小白鼠等。家长一定要警惕宠物给孩子带来的伤害。

父母们经常对孩子说，动物是人类的朋友。让孩子和宠物做朋友是没错的，但你必须要让孩子警惕宠物带来的伤害。有的小朋友被家里的宠物咬伤，父母应当赶紧带孩子就医，如果时间延误，很有可能出现生命危险。因此，教育孩子警惕来自宠物的伤害，非常有必要。

菲菲的姥姥家养着一条大黑狗。菲菲从来不怕它，经常和它玩闹。家长们认为，黑狗老实又乖巧，不会伤害菲菲的。一天，菲菲坐在院子里吃面包，饥饿的黑狗吃完菲菲手上的面包以后，猛然扑向了菲菲。菲菲哇哇大哭起来，黑狗被菲菲的哭声激怒了，一口咬掉了菲菲的鼻子。妈妈焦急万分地带着菲菲去医院抢救，终于脱离了生命危险。

从那以后，菲菲变得忧郁、胆小、爱哭。除了更加细致地呵护菲菲之外，父母没有别的办法。菲菲的家人希望时间能抹平孩子受到的伤害。这样的故事，值得所有的家长引以为戒。为了孩子不再受到宠物的伤害，快乐地和宠物相处，家长们一定要让孩子懂得，怎样跟宠物相处才安全。

安全教育大课堂

告诉孩子，不要向陌生的猫、狗伸手

告诉孩子，陌生的猫、狗要远离。让孩子知道，向陌生的猫、狗伸手是件非常危险的事情。当孩子向陌生的猫、狗伸出小手时，可能会引起狗、猫的误会。

告诉孩子，宠物也会带来伤害



告诉孩子，不要向陌生的猫、狗伸手。



让孩子不要靠近拴着的狗，以免被咬伤。



告诉孩子，和狗、猫玩耍后要彻底清洗双手。

如果我们的孩子有向陌生猫、狗伸手的习惯时，要及时制止孩子。对他说：“乖宝贝，不可以这样的。因为宝贝这样做的话，小狗很容易咬伤你的手指哟！”

不要靠近拴着的狗，以免狗狗发怒被咬伤

有些孩子看见拴在路边，或者主人拉在手上的狗狗非常乖巧非常可爱，便忍不住上前挑逗。其实这样做最危险了。因为拴着的狗通常都具有较强的攻击性，而且脾气暴躁易怒，否则主人是不会把它拴起来的。另一方面，长期被拴着的狗不经常接触到生人，偶尔有人上前逗弄，狗狗会因为不习惯而对孩子发起进攻。所以，家长要经常告诉孩子："拴着的狗狗不能靠近，以免狗狗发怒被咬伤。"

告诉孩子，和狗、猫玩耍后要彻底清洗双手

儿童的抵抗力较差，与宠物亲密接触后，宠物身上的蛔虫、钩虫、弓形虫等寄生虫会通过口、皮肤或伤口进入孩子体内，从而导致孩子出现皮疹、贫血、发烧、营养不良等症状。如果寄生虫进入大脑，还会引发癫痫。因此，家长一定要经常告诉孩子，和宠物玩耍后要彻底清洗双手。同时家长要禁止孩子和宠物同床睡，同用一个饭碗。爸爸妈妈还要禁止孩子和宠物有过分亲密的举动，比如接吻、拥抱等。

安全教育一点通

如果孩子不慎被宠物咬伤，一定要马上去接种狂犬疫苗，这其中包括狗、猫、兔子、老鼠等哺乳类动物。如果是被鱼、龟、鸟等宠物弄伤，伤势较轻的话，要先把伤口处的淤血挤出来，再放在水龙头下冲洗，然后带孩子到医院给伤口消毒。

细节28　让孩子知道，哪些儿童文具“带毒”

孩子从幼儿园开始，每天在课堂上接触最多的就是文具。铅笔、橡皮、圆珠笔、涂改液、作业本、荧光笔等。很少有家长会想到，文具也能成为危害孩子健康的“杀手”。

前不久的一则新闻上报道，一位正在上幼儿园的小女孩突然出现进食困难，喝水都会吐的症状。焦急万分的家长把孩子送到医院。经过X光检查，医生发现孩子的食道已经被严重腐蚀烧伤，疤痕堵塞了食道。经过扩张手术后，女孩的食道才恢复到正常的宽度。

是什么让女孩的食道出现如此严重的腐蚀烧伤呢？原来，女孩吸食了涂改液。检测后发现，涂改液内含有一种叫甲基环己烷的有毒化学物质。这种化学物质进入人体后，直接导致人体消化道狭窄。然而，几乎所有涂改液上都没有标明“有毒”“请勿食用”等警告标志。

除了涂改液外还有很多文具会对孩子的健康构成威胁，家长要让孩子清楚，哪些文具“带毒”不能用，哪些文具不能长期用。

安全教育大课堂

让孩子知道，纸张白得异常的作业本“带毒”

家长们都知道，纸张最初被制造出来时并不是特白，会发黄发黑。如果孩子所用的作业本的纸张特别白，很可能含有荧光增白剂。长期使用这种含有荧光增白剂的作业本，会影响孩子的视力。不仅如此，荧光增白剂被人体吸收以后，还会加重肝脏的负担。尤其是抵抗力较差的儿童，接触过量的荧光增白剂以后，会形成潜在的致癌因素。

让孩子知道，哪些儿童文具“带毒”



警告孩子，凡是带香味的圆珠笔和橡皮“带毒”。



告诉孩子，五彩的蜡笔也“带毒”。



让孩子知道，纸张白得异常的作业本“带毒”。

香草味的圆珠笔和苹果味的橡皮“带毒”

从20世纪90年代开始，带有香味的文具就已经在中国市场上大量销售了。有些孩子被圆珠笔的香味吸引，不但用来写字，还涂在身上、衣服上，以便让自己“香气袭人”。但时间一长，孩子很容易出现头痛、恶

心、乏力的症状。

据医学专家研究发现，部分香味文具中都含有苯、甲醛、汞、烷等有毒化学物质。如果苯浓度超标，使用者轻则出现头痛、恶心、眼鼻咽喉发炎，严重的甚至可能引发血液疾病。即使这样，什么“香味笔芯”“苹果味的笔记本”“橘子味的涂改液”“香蕉味的橡皮”把孩子们的心勾得痒痒的。这时，家长们应该站出来对孩子说：“带香味的文具不能买，因为它们会对人的身体造成伤害。”

告诉孩子，五彩的蜡笔也“带毒”

几乎每个孩子小时候都渴望拥有一套色彩鲜艳的蜡笔，家长们也常常把蜡笔作为礼物送给孩子。但是，我们却不知道色彩鲜艳的蜡笔，含有大量的铅。当孩子有意无意地咬蜡笔，就会使铅毒进入体内，并且迅速沉积，从而影响孩子的神经系统，以致阻碍孩子的生长发育。因此，家长要告诉孩子：“五彩的蜡笔也‘带毒’，不能用嘴咬笔头。用完蜡笔要马上清洗双手。否则宝宝就会生病，然后还要打针吃药。”听父母这样说，孩子肯定会听话地点点头。

家长们要告诉孩子，可以用改正条代替涂改液，用普通的作业本代替白得异常的作业本，用不带香味的文具代替有香味的文具。

安全教育一点通

家长要定期检查孩子的书包，发现“带毒”的文具时，要及时让孩子把“带毒”的文具请出去，从而使孩子远离“毒”文具，健康学习，快乐成长。

细节29　怎样让孩子不再搞恶作剧

孩子们出于好奇，或者存有捉弄人的心理，才会搞恶作剧。父母要想办法帮孩子克服这种心理，不要让这种爱好继续发展下去。如果家长不闻不问，不但会伤害到别人，也将不利于孩子身心的健康成长。

很多孩子喜欢搞恶作剧，可能是把妈妈的手包偷偷放到床底下，或者是把爸爸的领带藏在书柜里，也可能是在妈妈的帽子上插根鸡毛。如果父母对孩子搞恶作剧没有给予正确的引导和教育，也许有一天，孩子就可能会因为恶作剧而对其他孩子造成伤害。

12岁的男孩天天，平时总喜欢和同学搞恶作剧。一天，天天把同桌小虎的鞋带系在自己的凳子上。下课铃响了，老师宣布下课，小虎站起来便往外跑，结果，扑通一声摔倒在地上，脚骨被严重扭伤。

壮壮也是一个喜欢搞恶作剧的孩子。一次体育课上，一名身体瘦弱的同学刚刚做好预备动作，准备跳远，壮壮便从后面猛地将同学推了出去。结果，被推出去的孩子腰椎骨骨折，未来的几个月只能躺在床上吃饭和学习。

当知道你的孩子把同学弄伤后，你也许会一脸茫然地说：“我的孩子特别听话，怎么可能把同学伤成这样呢！”但事实上，这确实是你的孩子所为。父母们平时见到的，是回到家里乖巧的孩子，直到孩子给同学带来伤害了，才感觉到事情的严重性。

安全教育大课堂

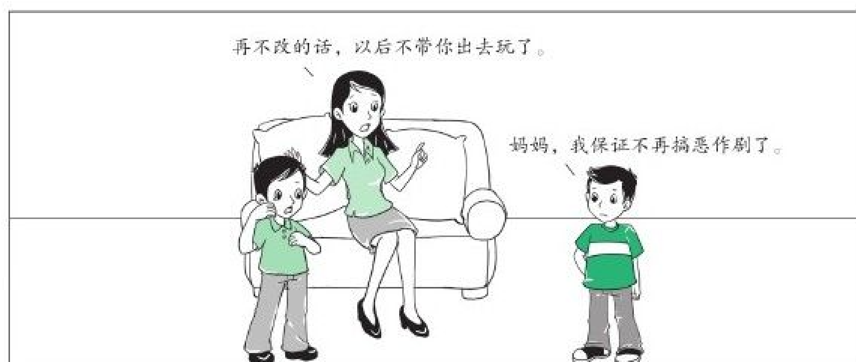
让孩子知道，恶作剧可能会给他人造成人身伤害

有的孩子喜欢抽同学的凳子，当同学站起来回答问题时，偷偷地把同学的凳子抽掉。同学弯腰落座，就会被摔个“人仰马翻”。还有的孩子喜欢在同学的凳子上放钥匙、圆规、铅笔头、大头针等，当同学坐在凳子上时，被扎得吱哇乱叫。

怎样让孩子不再搞恶作剧



让孩子知道，恶作剧可能会给他人造成人身伤害。



告诉孩子，搞恶作剧会让人很讨厌。



教育孩子，不但自己不搞恶作剧，还要监督其他同学。

让孩子知道，搞恶作剧既伤害同学之间的感情，又会给别人的身体造成不必要的伤害。孩子使同学受伤，家长肯定要带上人民币和礼品前去“请罪”。对于那些生活困难的家庭，无疑是雪上加霜。

告诉孩子，搞恶作剧会令别人感到讨厌

孩子们是出于好奇或者出于想捉弄人的心理，才会搞恶作剧。父母要想办法帮孩子克服这种心理，不要让这种爱好继续发展下去。如果家长不闻不问，不但会伤害到别人，也将不利于孩子身心的健康成长。

父母可以设计捉弄一次孩子，让孩子体会到被人捉弄并不好玩，从而让孩子改掉搞恶作剧的坏习惯。

教育孩子，不但自己不搞恶作剧，还要监督其他同学

当孩子把搞恶作剧当成一种时尚，一种乐趣时，便不觉得搞恶作剧有什么不对。父母要教育孩子不但自己不搞恶作剧，还要监督其他同学。如果发现同学搞恶作剧，应该马上告诉老师。大家共同努力遏制恶作剧的风气。

让孩子知道，过分的恶作剧也是一种不尊重别人的表现。恶作剧所带来的快乐只是一时的，但造成的伤害则是长期的，甚至是终生的。家长在教育孩子的时候，既要让孩子学会不受他人伤害，也要保证孩子不去伤害他人。

安全教育一点通

当孩子在家里时，父母应该多陪陪孩子，和孩子一起做游戏，让孩子把兴趣放到游戏上来。当父母忽视孩子太久以后，孩子为了引起父母的注意，就会搞恶作剧。当孩子在学校里时，你应该让孩子把精力放在学习上。上课注意听讲，下课和同学做些游戏。这样就能很好地改掉搞恶作剧的习惯。

第9章　教孩子避免意外事故的安全策略



细节30　下水井很危险，“大嘴”一张人不见
细节31　建筑工地不是孩子的游乐场
细节32　克制好奇心，打斗场面不靠近
细节33　让孩子远离高压变电设备

细节30　下水井很危险，“大嘴”一张人不见

当你带着孩子路过有盖儿或者没盖儿的下水井时，要指着下水井对他说：“宝贝，看见那个圆盖儿了吗？那里非常危险。如果你一个人跑到下水井边去玩，很容易就会掉下去。到时，爸爸妈妈就再也见不到宝贝了。”

孩子能跑会跳的时候，便开始和小朋友们在小区里嬉戏打闹。可孩子们并没有意识到，在下水井盖没被盖严的情况下，孩子站到上面踩来踩去，很可能会发生掉下摔伤的危险。但是，很少有父母会告诉自己的孩子，不要到下水井边玩闹。

2010年3月14日下午，7岁半的小男孩在兰州市城关区某路的公园玩耍，一下子掉进了公园内一口6米深、35厘米直径的下水井内。一个老人在公园里锻炼身体，听到了孩子的哭声。老人赶紧拨打了110电话求救。男孩命悬一线，经过公安民警一个多小时的营救，终于获救。

孩子被救出来后，妈妈抱着孩子大哭起来。人们担心，如果年龄再小一点的孩子掉进去，可能命就没有了。孩子们对下水井很好奇，看到没有安井盖的下水井，竟然想跳下去看个究竟。孩子们越无知，父母的

安全知识教育就越重要。

安全教育大课堂

下水井很危险，“大嘴”一张人不见

下水井在马路上随处可见，但父母们却不知道哪个井盖儿是坏的，不知道哪个井盖会突然张开大嘴巴“吃掉”站在上面的孩子。家长要对孩子说：“宝贝，你要远离下水井。”

当妈妈和孩子一起散步时，一起出门购物时，在路上看到下水井一定要带孩子绕行。并且告诉孩子为什么要绕行，趁机给孩子讲解在下水井边玩闹可能会发生的意外。

下水井很危险，“大嘴”一张人不见



告诉孩子，下水井很危险，“大嘴”一张把人吃。



孩子一旦落入下水井，要安慰孩子，相信有人来救他。



孩子掉进下水井里，要让他不哭不闹，保持体力。

孩子，要相信肯定有人来救你

如果孩子掉进了下水井，他大声哭喊，却看不到有人过来，他双脚乱蹬，却爬不出来，孩子会不会感到绝望？做家长的，在对孩子进行安全教育时，应该说：“宝贝，如果你掉进下水井，你一定要相信爸爸妈

妈，还有消防队的叔叔阿姨，我们都在想办法，一定会救你出来的。”

孩子，掉进下水井，要尽量保持体力

妈妈带4岁的小雨去游泳馆游泳。小雨特别开心，顺着小路跑来跑去。突然，小雨就不见了。妈妈跑过去一看，下水井里一条排污管“吐”出的水流把孩子冲走了。妈妈跳下去，死死拽住孩子，一只手紧紧抓住井壁的砖。妈妈一边安抚小雨不要哭，一边大喊救命，等救援人员赶到以后，她和小雨坚持了两个小时，终于被救了出来。

在等待求援的过程中，家长要告诉孩子，如果掉入的是又细又深的“筒子井”，千万不能随便乱动，因为一动可能就向更深处滑去。如果掉入的是脏水很深的下水井，要想办法抓住井壁的砖，两腿尽力撑开，脚蹬住两边井壁，尽力把脖子以上部分露出水外，免得窒息，坚持的时间越长越好。

各大媒体不断出现下水井“吃人”的报道，这已经能够说明下水井的危险程度。为了孩子的生命健康，家长一定要重视起来。

安全教育一点通

带孩子出去玩时，父母一定要熟悉周围环境。哪里有下水井，哪里的下水井盖没有盖，父母都要了然于心。不熟悉的环境，父母就不要让孩子离开自己太远，更不能让他们独自去玩。

细节31　建筑工地不是孩子的游乐场

建筑工地危险重重，告诉孩子，和小朋友玩耍打闹时，一定不能进入。玩耍时注意力不集中，很可能会被绊倒、擦伤、撞伤、砸伤、扎伤，甚至会因为一时不小心，付出生命的代价。

建筑工地对于天真活泼、好奇心强的孩子来说，存在着极大的危险。有些父母会蜻蜓点水式地对孩子说："宝贝，不要到建筑工地上玩。"而有些父母，干脆什么也不说。可一旦发生事故，家长便开始后悔没有提前给孩子打好"预防针"。

星期天，6岁的男孩明明趁父母午睡时，跑出去到小区附近的建筑工地上玩。工人中午不休息，正在热火朝天地干活。明明被工地上的铲车吸引住了。正在明明抬头看铲车的时候，铲车上有一块小石头从高处抛过来，正砸到明明的头上。石头虽小，但从高处落下，冲击力强，明明的头上鲜血直流。幸好，工人听到哭声跑过来，抱起明明直奔附近的医院。当父母赶到时，明明头上的伤口已经包扎好了，缝了四针。

明明受伤，幸亏有人及时送他去医院。铲车上掉下的是块小石头，如果掉下块大石头，明明就没命了。明明才6岁，还是个小孩子，他出了事不是因为他不听话，而是父母没有对孩子进行过这方面的安全教育。

安全教育大课堂

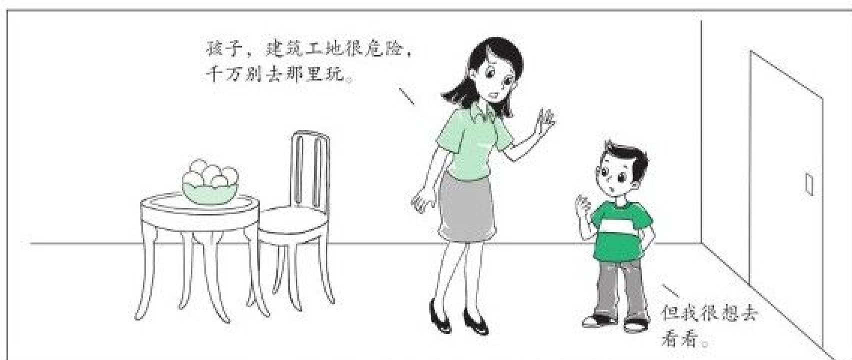
告诉孩子，建筑工地藏着很多危险

正在施工的工地，机器隆隆作响，车辆驶进驶出，这对孩子来说是一个不小的诱惑。可是，孩子们却不知道建筑工地存在着诸多安全隐患。拆迁工地的断墙、残壁摇摇欲坠，钢筋、碎砖头遍地都是，很危险；建设工地机械设备多，掘土机、打桩机、搅拌机、起重机，孩子走过很可能会被撞伤；建筑工地电线遍布，常常是漏电或者火灾的多发地。这些，都是父母应该教给孩子知道的。

建筑工地不是孩子的游乐场



让孩子知道，建筑工地可不是好玩的地方。



告诉孩子，玩耍打闹时，要远离建筑工地。



父母最好带着孩子到建筑工地看看。

告诉孩子，玩耍打闹时，要远离建筑工地

8岁的宁宁觉得工地上工人焊铁窗很有意思，便跑过去看。半个多小时以后，宁宁觉得眼睛疼痛难忍，便哭着回家找妈妈。妈妈发现儿子的眼睛又红又肿，还不停地流泪，便马上带着孩子去看眼科医生。医生

告诉妈妈，孩子因长时间盯着电焊火花发出的刺目的光，而使眼睛轻度受伤。

建筑工地危险重重，玩耍时注意力不集中，很可能会被绊倒、擦伤、撞伤、砸伤、扎伤，甚至会因为一时不小心，付出生命的代价。这样的事故在各种媒体上不断出现。要叮嘱孩子绕道而行，远远经过建筑工地，眼睛不要盯着工地上闪烁的电焊火花，不要以为距离远就不会受到伤害，它的火花含有高强度紫外线，也会灼伤你的眼睛的。

孩子，我带你到建筑工地看看

做父母的都知道，孩子的好奇心十分强烈。如果只是单纯地教育他“要远离建筑工地”，不一定起到什么作用。父母可以带孩子到建筑工地实地参观，最好选择停工的时间。进入工地前，要戴好安全帽，穿宽松的衣服、轻便结实的鞋子，给孩子讲解工地上的安全知识。这样，既满足了孩子的好奇心，也让孩子了解了建筑工地的“秘密”。这样，再经过建筑工地时，孩子就不会再想进来“探险”了。

安全教育一点通

建筑工地有多种危险源，即使是成人，也要注意安全，更不用说年幼的孩子了。家长是孩子的第一任老师，有责任告诉孩子建筑工地危险，一定要远离。

年龄很小的孩子，即使有大人陪同，去工地上参观也不安全。父母可以买一些楼房、机械设备的玩具和模型，找一些碎石散沙，模拟建筑工地对孩子进行教育，也能起到很好的作用。

细节32　克制好奇心，打斗场面不靠近

有些小朋友一见到打斗场面，不但不会害怕，反而会产生非常强烈的观看欲望。作为孩子的父母，你应该拉着孩子的手对他说：“宝贝，看见那些人了吗？被打得头破血流。如果你站在里面看的话，受伤的那个人有可能就是你了。如果实在想看的话，远远地看两眼就行了。”

孩子的眼睛里总是充满好奇。即使是有人在吵闹打斗，他也会去凑个热闹，去看看到底发生了什么。他不知道这样的场面有多危险，不单身体上可能会受到伤害，心理上也会留下阴影。

放学后，8岁的小雨在家门口玩。一抬头，小雨看到前面围了很多人。他觉得很好奇，便挤到人群里去看。原来是一个卖水果的和顾客吵起来了，越吵越厉害。小雨越看越来神，觉得比看电视有意思多了。但是，这两个成年人打起来了。小雨站在最前面，一下子被挤倒了，手还被一个人踩了一脚。

孩子无意中的好奇，却造成了腿部骨折的严重后果，这是因为家长没有提前对孩子进行过这方面的安全教育，告诉孩子要远离打斗现场。不然的话，小雨怎么会挤到人群中去看热闹呢？

安全教育大课堂

告诉孩子，不要和小伙伴打架

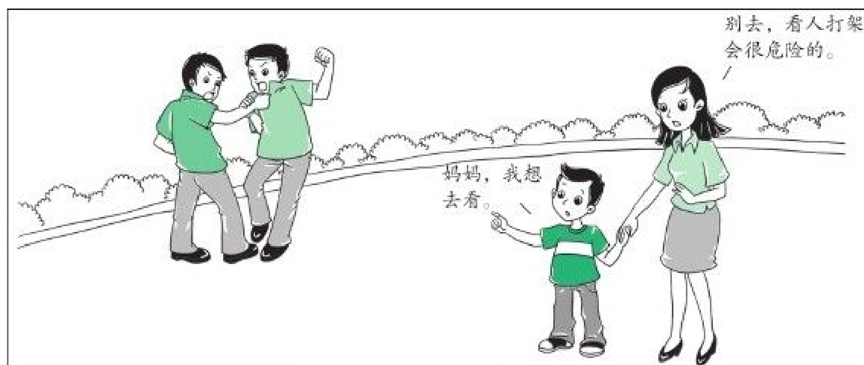
刘女士在某亲子论坛上诉苦说：“我儿子12岁了，经常和同学打架。每次不是自己受伤，就是把同学打伤。每次都要花上一笔数目不小的医药费。我和老公，一看见老师打来的电话，就知道准是孩子又打架了。真不知道该怎么管这个孩子，头痛死了！”

如果你的孩子是一个“打架王”，那么，你应该在平时教育中，给孩子多讲讲打架的坏处。在看动画片和图书时，看到打架的场面就要告诉他：“他们这样做是不对的。”告诉他，不要模仿电视上的那些暴力动作，有许多别的方式处理问题，打架是解决不了问题的，只有坏孩子才打架。在路上遇到有打斗场面的，家长一定要带着孩子绕开走，并告诉他：“看！打架的都不是好孩子，我们不去看，也不要学他们，我们离他们远点。”

克制好奇心，打斗场面不靠近



告诉孩子，不要和小伙伴打架。



告诫孩子，打斗场面不能观看。



提醒孩子，如果有人在打架时，要远离。

告诉孩子，打斗场面不能观看

要保护儿童身心健康，我们一直在拒绝暴力，拒绝血腥，街上的打斗场面，是最直接的血腥与暴力。告诉孩子，你不能看那些场面。打斗场面看得多了，孩子也许会变得胆小懦弱，不敢跟人正常交往，在心理

上产生阴影。或者，那些拳脚相加的场面深深印在孩子心里，孩子会变得狠毒暴戾，这对孩子的成长十分不利。

如果有人在打架时，要远离

父母要告诉孩子，如果他身边突然有人打斗起来，一定要尽快躲开，跑到空旷的安全地方去。如果在公共汽车上有人打架，告诉孩子，抱住头，或用随身带的包挡在头部，尽可能把身子藏到座位后面，防备受到打斗者的拳脚伤害。

现实中的打斗现场不是演电影，每个人都可以坐在一边津津有味地欣赏。别人在打斗，也并不是与自己完全无关的事，家长要让孩子知道，你自己不参与打斗并不能保证安全，打斗场面你也万万不可靠近。

安全教育一点通

年轻的父母在孩子面前玩网络游戏，要多加注意。孩子的分辨能力差，很容易混淆网络与现实，在网络上看这些暴力情节多了，会以为在现实中出现这些打斗场面也是很自然的。这样，当他在路上、车上，或者其他公共场合看到打斗的场面时，就会好奇地去围观，殊不知，围观打斗场面很容易使自己受伤。

细节33　让孩子远离高压变电设备

当父母和孩子一起在街边行走，刚好路过一个用栏杆围着，标有“高压危险”的变电设备时，应该对孩子说：“宝贝，这个大块头里面全是电。无论你多么好奇，都不要靠近它，否则手脚就会被电成黑色，会非常痛苦的哟！”

可能你已经告诉过孩子，不许乱动家里的电器和电线，墙上的插座也不能乱摸。但是，父母们千万不要以为，孩子懂得了这些知识，就算是安全的了！

2009年4月24日，5岁的小娥独自在家门口玩。不一会儿，小蛾顺着石阶爬上了配电房。玩了没几分钟，小娥不小心碰到了配电房上的裸线，只听惨叫一声，一头栽倒在配电房上。听到惨叫的邻居赶来时，小娥已经四肢焦黑，不省人事。经过抢救，小娥脱离了生命危险，但身体上却要留下永久的疤痕。

庆幸的是，孩子的生命保住了。不幸的是，因为一次意外，使小女孩的身体造成了严重的疮伤。作为家长，我们该怎么教育孩子，避免类似的悲剧再次发生呢？

安全教育大课堂

告诉孩子，不要去踩踏“电老虎”

做家长的要告诉孩子，“电老虎”可是踩踏不得的，如果踩到“老虎”，它一发威，就不得了了。告诉孩子，尤其是“老虎”头上那些线不能动，一动的话，“老虎”就会张口咬人的，轻则受伤，重则送命。孩子玩耍的时候，要远离配电房、变电站等高压变电建筑，也要远离变电箱等设备。

让孩子远离高压变电设备



告诉孩子，不要轻易去触摸“电老虎”。



告诉孩子，变电站附近的空气里有毒。



告诉孩子，打雷的时候，远离高压变电设备。

告诉孩子，变电站附近的空气里有毒

高压变电设施对人体有一定的辐射。专家指出，变压器、高压输电铁塔、高压变电站周围有电磁辐射污染，会影响儿童健康，易诱发儿童白血病、儿童智力残缺等。孩子不懂得什么是电磁辐射，家长可以告诉

孩子，不要在那所小房子附近玩耍，那里的空气里有毒，沾在宝贝的皮肤上会让宝贝生病的。这样，孩子一走近变电站或者配电房，就会想起爸爸妈妈的话，不在附近逗留了。

告诉孩子，打雷的时候，远离高压变电设备

9岁的雪雪是个犟孩子。天上黑黑的，快下雨了，她非得到奶奶家去。爸爸拗不过她，只好陪她去。他们正在马路这边走着，突然，天上一道闪电过后，响起一声惊雷，马路对过上空架的高压线掉在地上，冒着火花，火花烧过的地方马上变黑了。雪雪吓坏了，她还说一会过马路呢，如果正赶上被高压线烧着，那太可怕了。

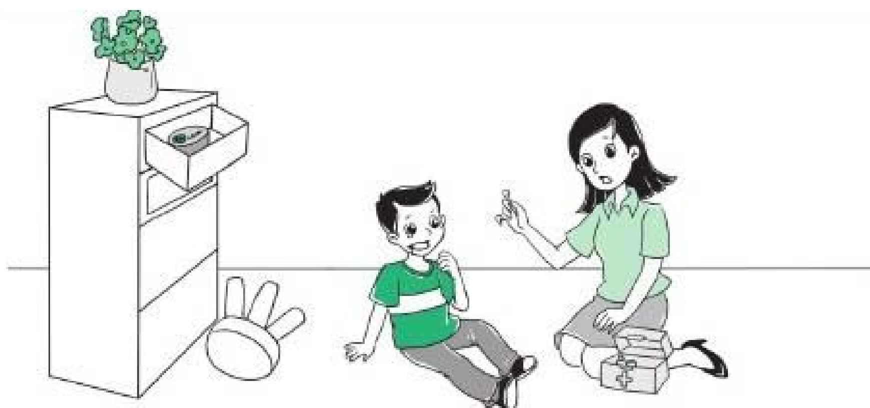
高压输电塔很高，容易被雷击中，雷雨天时，告诉孩子要远离，不要从附近经过，更不要在塔下避雨，而要尽可能绕行。打雷的时候，高压线突然被击中，容易发生短路，从而引发火灾，家长要告诉孩子，雷雨天不能离那些高压线和高压设备太近，免得被击伤或者烧伤。

高压电尤其厉害。一旦触及，轻则重伤，重则送命，抢救都来不及。家长还是了解一些这方面的知识，让孩子在见到高压变电设备的时候，不向前靠近，自觉远离。

安全教育一点通

高压变电设备与设施，并不像家庭里用的电器一样，随处可见。可是它的危险性却非常大。父母带孩子出去玩的时候，要切记，如果看到变压器、变电站、配电房、高压塔等设施时，一定不要放过对孩子进行安全教育的机会，要告诉孩子，你看到的这些安安静静似乎很温顺的“庞然大物”，存在着多大的危险。父母的一次适时教育，可能会避免终身的伤痛。

第10章　教孩子运动时不受伤的安全策略



细节34　让孩子警惕高处的危险
细节35　告诉孩子，运动时最需要保护哪些部位
细节36　孩子不适合哪些运动
细节37　孩子在球类运动中如何保护自己
细节38　孩子在野营时应注意什么

细节34　让孩子警惕高处的危险

在孩子幼小的心灵里，有时候会幻想像小鸟一样飞翔，家长知道孩子的这个想法后，不要嘲笑孩子，应该给他们一个尝试的机会。比如，让孩子从高一点的台阶上往下跳，下面最好是柔软的土地或者沙地。同时告诉你的孩子："人是不会飞的，从高处往下跳时，很容易摔伤。"

孩子们喜欢登高，因为他们总想体验一下"飞翔"的感觉。而有些父母会认为，小孩子天生爱爬高，喜欢爬就爬吧，而不能及时告诉孩子登高的危险，孩子很可能会受到伤害，甚至失去生命。

一天下午，年轻的王女士看到5岁的孩子睡得很香甜，便独自出门办事。孩子醒来后找不到妈妈，便一个人跑到阳台上探头探脑地向下望……

几分钟以后，妈妈回来，看到楼下围着一圈人。她走过去一看，当场晕死过去。原来，孩子从6楼的阳台上跌落下来，当场死亡。

孩子因登高而受伤的事件频频发生，这也为父母们的安全教育敲响了警钟。父母不可能随时跟在孩子身边，应该将安全意识根植于孩子的

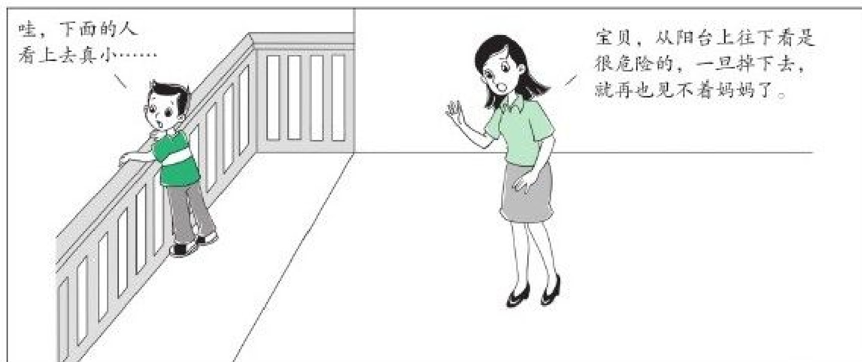
头脑中，这样才能够让孩子不受登高的伤害。

安全教育大课堂

不要从窗台向下望，会很危险

现在的高层住宅越来越多，很多窗户和阳台都缺乏防护网等保护装置，这对孩子的安全形成了一个潜在威胁。所以，无论在家里，还是父母带孩子去别的地方，只要孩子有时间独处，父母都要提醒孩子，不要从阳台上向外探身，不要从窗台上俯身向下望，如果失手或者失重就会从窗户或阳台上掉下来，非常危险。

让孩子警惕高处的危险



让孩子明白，不要从窗台向下望，会很危险。



不要让孩子自己去拿高处的东西，要请家长帮忙。



让孩子懂得，从高处跳下会摔伤的。

不要自己去拿高处的东西，一定要请家长帮忙

一个5岁的小男孩想吃放在吊柜里的零食。他站在一把高凳子上，拉开橱门，然后用两只手紧紧地抓着食物。当男孩从凳子上下来时，脚下突然失去平衡，凳子翻了。孩子的嘴巴磕在暖气片上，鲜血直流。

家长应该把孩子经常玩的、吃的东西放在孩子容易拿到的地方，避免孩子登高。有时候，孩子对放在高处的东西很好奇，家长要告诉孩子，那些不是他能玩的东西。如果他很想看看，家长可以把东西拿下来让孩子看，打消孩子的好奇心，还要随口告诉孩子，宝贝，以后你还想拿高处的东西，可以找大人帮忙，爸爸妈妈是乐意帮助你的。

让孩子懂得，从高处跳下会摔伤

在孩子幼小的心灵里，有时候会幻想像小鸟一样飞翔，家长知道孩子的这个想法后，不要笑话孩子，可以让孩子适当地做一下尝试。比如，让孩子从高一点的台阶上往下跳，下面最好是柔软的土地或者沙地，让孩子自己看看，他能不能飞起来。家长要适时地告诉孩子，人不是小鸟，没有小鸟的翅膀，所以站在高处往下跳，不但不会飞起来，还会掉下摔伤。

还有很多孩子喜欢看武侠片，非常羡慕里面的轻功绝技，这时候家长要对孩子说："宝贝，千万不要模仿电影电视里的人，他们是在演戏，不是真的。演员的背后有保险绳，下面还有很厚的垫子接着，如果没有这些措施，他们也会受伤的。如果宝贝不听妈妈的话，就得打针吃药，非常非常痛苦哟！"

安全教育一点通

做家长的，不能因为怕孩子出现危险，而过分小心谨慎，导致孩子胆小、畏难。有的孩子，都10岁了，连一米高的台阶都不敢上去，这也不利于孩子的成长。家长可以适当培养孩子的胆量，结合他的年龄段，根据他的能力，在做好防护措施的前提下，适当做一些登高的训练。

细节35　告诉孩子，运动时最需要保护哪些部位

据专家统计：面部、头部（尤其是左、右脑）、腮、喉、后颈脊椎、肺、心脏、腋下、腹、肋、裆、尾椎等部位是人体最容易受伤致死的部位；扭手关节，翻腕、指关节，猛击大腿肌肉、膝盖等是最有效的非致命打击部位。

当孩子喜欢上一种运动，并乐此不疲的时候，家长通常是又喜又忧，这样的担心不无道理，因为运动可以锻炼身体，但也容易受伤。

10岁的小飞非常喜欢踢足球，他和同学们经常一起踢球、比赛。在一次比赛时，小飞得到队友的传球，就带着足球向前跑去，对方的几个同学马上从四面向他围过来，眼看就要被右面的同学追上了，小飞想起刚学的一个假动作。突然，他觉得膝盖一阵刺痛，摔倒在地上。

小飞被同学们送到医院，经过医生检查，原来小飞的半月板被撕裂，小飞不能再进行跑步、踢球一类的运动了。

伤在孩子身上，却疼在父母的心上，当孩子受的伤不能彻底痊愈，将会在他们心灵深处留下难以磨灭的阴影。如果家长及早教会孩子在运动中保护自己，那孩子受伤的可能性会大大减少。

安全教育大课堂

宝贝，运动时要注意保护头部

头部，是运动中首先应该保护的部分。它是人体的司令部，集中着眼睛、耳朵等重要器官，如果受到猛烈的冲击，很可能造成脑震荡、颅骨骨折、硬膜下出血等严重后果。

家长要告诉孩子，在进行自行车、滑冰等高速运动时，一定要戴头盔，这是保护头部的“硬性措施”。在运动中，一旦滑倒，或者从高处失足落下，告诉孩子，要用双手紧紧护住头部，避免头部受到直接的撞击。

告诉孩子，运动时最需要保护哪些部位



运动时要让孩子注意保护头部。



告诉孩子，运动时要注意保护膝盖。



教导孩子，活动时不要扭伤脚踝。

孩子知道怎么保护腰部吗

孩子在运动过程中，腰部是很容易扭伤的。家长要告诉孩子，运动前热身时，要做一些扭动腰部、弯腰、蹲起等动作，在运动中不要突然转动上半身。在媒体上我们经常看到有些超常儿童，从三四岁就开始练

习举重，其实举重时腰部要受到很大的压力，对孩子的发育是不利的。

告诉孩子，运动时要注意保护膝盖

膝关节是运动中最容易受伤的部位，踢足球、打篮球和跑步都容易拉伤膝部韧带，损伤半月板。一旦这个部位受伤，是很难完全恢复的，不仅不能再跑步，甚至上下楼和下蹲的动作都会受到影响。

家长要告诉孩子，在进行运动前，可以有意识地锻炼膝部，比如，多练习跳跃，落地时要前脚掌落地，膝盖微曲，姿势就像是坐在椅子上一样，而不要双腿垂直落地。

孩子，你要保护好你的脚踝

家长告诉孩子，运动前要穿合适的运动鞋，戴好护踝，可以起到保护脚部的作用。还要让孩子记住，不要在高低不平的地方奔跑，这样很容易扭伤脚踝，俗称“崴脚”。孩子，不要把“崴脚”不当回事，崴了脚，要尽快用冰冷敷，等受伤的肌肉和韧带完全恢复以后，再去运动。

安全教育一点通

如果你是女孩的家长，一定要让孩子格外注意保护她的胸部。女孩发育期普遍提前，10岁左右的女孩胸部已经发育，13岁时都应该戴胸罩了。正在生长中的胸部是非常脆弱的。家长要告诉女儿，在参加一些大幅度运动时，如足球、篮球、跑步时，要十分小心，当对面可能发生撞击时，要把双臂抱在胸前，减缓冲击带来的伤害。

细节36　孩子不适合哪些运动

10岁以下的孩子，身体正处在生长发育的旺盛期，体内各器官、组织尚未发育成熟。如果过早地让孩子进行某些体育运动，不但不会起到强身健体的作用，反而会使孩子的身体受伤。

所有的孩子，都希望自己很强壮，如果被人称做“豆芽儿”，那是多没脸的事啊。锻炼可以给孩子带来无穷的乐趣，但是，对于10岁以下的孩子，有些运动并不适合他们。

8岁的阳阳希望自己长得像爸爸一样，高高大大的。于是，他便跟着爸爸天天练长跑。等到10岁时，他每天能跑10公里。有一天，阳阳突然觉得脚疼，但他仍然继续坚持练。几天后，阳阳的左脚又红又肿，走路都非常困难。爸爸带阳阳去医院检查。医生说，阳阳得了跖骨疲劳性骨折，如果不好好治疗，不注意休息，很容易会造成畸形。医生的话令爸爸和阳阳都大吃一惊。

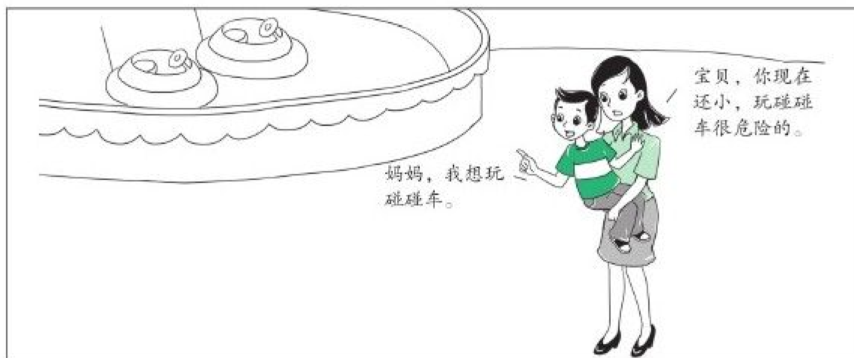
孩子锻炼身体没错。但是，10岁以下的孩子骨骼比较脆弱，身体的承受能力较弱，如果是高强度高危险的运动，再加上安全意识匮乏，很容易对孩子的身体造成伤害。做父母的一定要告诉孩子，哪些运动适合他，哪些运动不适合他。只有这样，孩子才能够在运动中不受到伤害。

安全教育大课堂

10岁以下的孩子不宜玩碰碰车

在公园里，或者游乐场里，很多孩子一看见花花绿绿的碰碰车，便迫不及待地跃跃欲试。但是，父母应该阻止孩子玩碰碰车。因为碰碰车强烈碰撞时，很容易造成儿童手脚扭伤、碰伤。同时，碰碰车碰撞的同时，孩子的大脑也会受到不同程度的震荡伤害。如果你的孩子在碰碰车面前又哭又闹，那么你要安抚他的情绪，对他说：“亲爱的宝贝，你现在还太小，玩碰碰车会使你受伤的。等你长大一些的时候，妈妈再来陪你玩。”

孩子不适合哪些运动



父母要清楚，10岁以下的孩子不宜玩碰碰车。



告诉孩子，拔河并不是安全的运动。



告诉孩子，玩滑板真的很危险。

告诉孩子，拔河并不是安全的运动

学校组织运动会时，拔河往往是必备项目。这项运动既可以锻炼孩子手臂的力量，也可以增强集体观念。但这种运动安全吗？答案是否定的。

有调查显示，10岁以下的孩子并不适合参加拔河运动。因为拔河运

动后，孩子的心率会变高，心跳会变快。通常拔河后的一个小时，孩子的心率和心跳仍然没有恢复到正常状态。另外，孩子的肌肉还很娇嫩，容易被粗糙的绳子磨破。如果孩子猛然用力，还会造成关节脱臼。当然，如果他非参加不可的话，最好戴上手套和护膝。

告诉孩子，滑板真的很危险

男孩们通常喜欢刺激型的运动，滑板就是其中的一种。滑板能锻炼身体的平衡能力，还能锻炼四肢的灵活性，但滑板的危险性也要比其他运动大得多。如果孩子在8岁以下，家长要告诉孩子：“滑板你还不能玩，它需要腿部很有力量。等你年龄大点，能掌握平衡以后，再玩就会安全很多。”

其实，适合孩子玩的游戏很多，像跳绳、拍球、跳皮筋、游泳、儿童健美操等。就拿跳绳来说，它对场地的要求不高，而且工具简单。在跳绳的时候，需要手眼的配合才能比较好地完成动作，既锻炼了孩子的协调能力，又舒展了关节。

安全教育一点通

你可以让孩子参加跳绳、弹跳、跳皮筋、拍小皮球、踢小足球、打小篮球、游泳等体育运动，这些项目既有助于孩子身体的成长，又不会对身体造成伤害，可以说是一举两得的好事。

细节37　孩子在球类运动中如何保护自己

孩子慢慢长大，父母会鼓励孩子去参加一些球类运动，比如羽毛球、乒乓球、篮球、排球、足球等。但是，家长们却不知道，在球类运动中，如果孩子不懂得保护自己，就会很容易受伤。

球类是孩子从小玩到大的玩具。小时候是皮球，大点了，慢慢就懂得什么是篮球、足球或者排球。当孩子在球场上奔跑跳跃的时候，当孩子梦想着要做个球类明星时，说不定一场意外，就有可能使孩子的梦想化为泡影。

乐乐是个非常喜欢打篮球的孩子。星期天他和同学去打球，投球上篮时，先是被同学撞倒，又被摔碎的眼镜片扎破了脸。妈妈心疼地带着他去看医生。庆幸的是，伤口不深没有伤到眼睛。妈妈开始为孩子担心起来，害怕孩子在运动中再次受伤。

孩子在运动中受伤，家长自然会非常心疼，但却不能因此而不让孩子运动。再说，球类运动是健康运动，应该大力提倡。家长要做的，就是教孩子在球类运动中如何保护自己。

安全教育大课堂

提醒孩子，打球前要装备好自己

告诉孩子，打球前一定要换上合适的运动鞋，不同的运动要穿不同的运动鞋，比如打篮球要穿中高帮的运动鞋，可以保护脚踝；踢足球要穿有鞋钉的足球鞋，可以起到很好的防滑作用。告诉孩子要戴好护膝、护腕、护踝等防护用具，免得在对抗性的冲撞中受伤。另外，还要告诉孩子，不要戴装饰品，不要戴有框眼镜，免得伤到别人或伤及自己。

运动前，先做20～30分钟热身。

孩子在球类运动中如何保护自己



提醒孩子，打球前要装备好自己。



让孩子记住，在打球的时候，也要保护好自己。



不要让孩子刻意模仿球类明星。

球类运动强度大，时间长，需要消耗很大的体力。家长要告诉孩子在运动前25～30分钟，先做热身运动。要模仿运动中要做的那些动作，比如弯腰、振臂、压腿，活动脚踝，慢跑等。但要记住，不要把动作做到极限，以免拉伤肌肉。达到全身发热的效果时，热身运动就算做好

了。

不要让孩子模仿球类明星

13岁的李义，是同学中的“小姚明”。他特别喜欢看NBA篮球赛。当然，他自己也是学校篮球队主力队员。在一次学校比赛中，他抢得了一个球，三步两步带球到了篮下。只见他高高跳起，球进了！但是，突然李义身子倾斜，摔倒在地。老师和同学马上把他送到校医务室。他说，他想模仿球星双手抓篮的动作，本来以为自己能够得着，没想到手只碰到篮外环，身体就失去平衡摔倒了。

喜欢球类运动的孩子，肯定经常在电视上看球类的比赛。那些明星们的动作好酷啊！可是，家长要告诉孩子，不要一味地模仿明星，因为你不具备对方的身体条件，如果刻意模仿就会很容易受伤。

球类赛场是最容易发生事故的赛场，除了部分意外事故，还有相当一部分是人为的原因。家长要告诉孩子，赛场是很严肃的，既然进入，就一定要遵守规则，要严格按照规则比赛。防守的时候，动作要合理，进攻的时候，不能带有攻击性，以免激怒对方，发生冲突。

安全教育一点通

球类运动非常耗费体力，长时间的运动，不但会使孩子的人体机能下降，还会影响他们正常的休息和学习。父母要告诉孩子，玩球不要超过一个小时。有的孩子喜欢在广场上踢球，但是水泥等异常坚硬的地面，一旦摔倒，很容易受伤。踢球应该地土质地面或者草地上进行。

细节38　孩子在野营时应注意什么

郊游或野营的地点，大多是远离城市，物质匮乏、交通不便、通讯中断。当孩子们要去野外郊游、野营时，父母一定要让孩子提前做好准备工作，并且告诉他们一些野营时应该注意的问题。

几乎每个孩子都非常喜欢野营，希望深入到大自然中，去感受绿色的空间。很多家长也希望孩子能增长见识，得到锻炼，但是又有一丝忧虑：孩子不在自己身边，会不会发生什么危险？能不能得到很好的照顾？孩子遇到问题能不能自己处理？

小培是个小学二年级的学生。他报名参加了学校举办的暑假野营活动。活动的前两天，小培和同学们玩得非常开心。第三天，在自由活动时，小培和两个同学一起离开营地，到小溪边玩。他看见水里有小鱼游来游去，就和同学下河捉鱼。一不小心，小培被石缝里的瓦片扎伤了脚，同学们赶紧扶着他回到营地。营队的医生马上给小培清理了伤口，包扎好，还给他打了一针破伤风。虽然处理及时，可剩下的几天，小培哪儿也去不成了，只能留在帐篷里休息。

野营是一项非常好的活动，虽然有人照顾和管理孩子，但是，却不可能每时每刻关注到孩子的一举一动，如果孩子缺乏一定的自我保护意识，就会面临伤害。

安全教育大课堂

出发前，准备好生活必需品

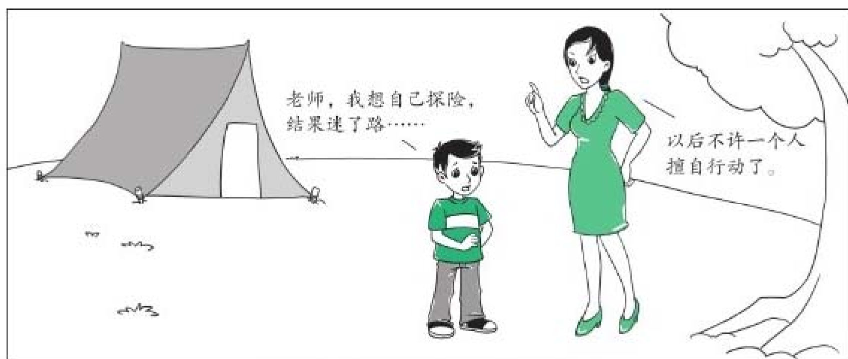
孩子很少独自出门，又不会自己整理行李，家长可以教孩子自己去准备，让孩子想想，哪些是自己每天要用到的必需品，然后写在纸上，往书包里放一样，就用笔划掉一样。

除了需要准备一些生活必需品，家长还要教孩子考虑天气和其他一些意外因素。问问孩子，要不要准备雨伞或者雨衣？要不要带上小手电，这样在黑暗里就可以看清东西了。

孩子在野营时应注意什么



出发前，帮助孩子准备好生活必需品。



野营时，不要擅自离开队伍，独自行动。



教导孩子不吃野菜野果，不喝野外的生水。

野营时，不要离开队伍，独自行动

野营的地方通常是一些孩子和老师都不熟悉的陌生地。有的孩子野营时离开队伍，独自行动，而独自行动的最大可能就是迷路。当然，也可能会碰到其他不可预知的危险，比如：掉进山窟窿里、陷进沼泽地

中、遇到毒蛇或者猛兽、被蜜蜂追赶并被蜇伤、遇到专门拐骗孩子的坏人等。所以说，家长一定要告诉孩子，野营时要遵守营地纪律，不能随便离开队伍独自行动，以防发生意外。

不吃“野”菜“野”果，不喝野外的生水

孩子们在城市里生活腻烦了，去野营、野游的时候，总想找点野味尝尝鲜。但是，家长应该让孩子知道，野菜、野果是不可以随便吃的。

曾经有一个班的小学生到山上野营。两个男生在山坡上发现了一片野苹果林。于是，他们摘了很多苹果，拿回来分给同学们吃。结果，孩子们开始肚子疼，口干、恶心。原来，那不是什么野果，而是由果农来看管的。三天前，果农刚刚上山给苹果打过药。

野外的蔬菜、瓜果，如果是野生的更要提高警惕。有些野果可能有毒，不能直接吃。同时，还要告诉孩子不要喝野外的生水。因为野外的生水不知道水质是否被污染，水里面是否含有寄生虫等。所以，一定不要让孩子喝野外的生水。同时，要求孩子出发前带足饮用水。

安全教育一点通

野营安全小知识：1.如果晚上睡在帐篷里，最好让孩子和衣而眠或者只脱掉一件外套，以便有意外情况时，能够迅速起床。2.不要到野外河里游泳，以防发生意外。3.提醒孩子带上防蚊器，或者花露水，要知道野外的蚊子可是很厉害的。

第11章　教孩子受伤后自救的安全策略



细节39　孩子的手脚受伤后怎么办

细节40　孩子的头磕破了怎么办

细节41　孩子鼻子出血了怎么办

细节42　怎样教孩子预防中暑

细节39　孩子的手脚受伤后怎么办？

如果孩子的手指出血，就用一只手用力压住受伤手指的两侧；如果是手肘出血，就用一只手的四指，用力压住受伤手臂上臂内侧隆起的肌肉来止血。如果仍然出血不止，就说明没有压住血管，应让孩子调整手指的位置，再做一次。

如果家长在孩子身边，孩子手脚受伤了，家长会飞速地冲过去，细心地为受伤的孩子止血、包扎，安慰孩子不要害怕。当孩子受伤严重时，家长们会马上抱起孩子冲向医院。可是，当孩子独自一人时，手脚受伤了，谁来帮孩子止血、包扎伤口呢？谁来告诉孩子应该怎样保护自己？

乐乐是个活泼、调皮的孩子。有一天，爸爸妈妈不在家，乐乐看到抽屉里有一把水果刀，便握在手中，走到冰箱前取苹果。苹果还没有拿到，乐乐的手指已经被划了一个口子。看到鲜红的血液流下来，乐乐吓得赶紧跑到客厅给妈妈打电话。妈妈回到家时，孩子哭着举着自己的手指，地上却流了好多血。妈妈赶紧给孩子简单包扎伤口，然后带着孩子去楼下的社区医院。

孩子是父母的心头肉，是一个家庭的未来。每个父母都不希望孩子的身体受一丁点伤害。父母除了要尽全力保护孩子不受伤外，还应该教

会孩子，受伤后快速简单急救，使伤口不至于进一步恶化。

安全教育大课堂

孩子受伤后，教他用创可贴止血

文文从幼儿园回来后，妈妈给她切了一块苹果吃，切完苹果后剩下的一半苹果和水果刀就放在了桌子上，文文便一边吃苹果一边看电视，妈妈去厨房刷碗。突然文文站在门口说：“妈妈，我有件事情，可是我又不敢告诉你。”妈妈停下来问：“什么事啊？”文文说：“妈妈你不要骂我，我刚扎伤了手。”妈妈拿过孩子的手一看，原来孩子已经自己贴上创可贴了。妈妈看了非常欣慰。

孩子的手脚受伤后怎么办



孩子受伤后，教他用创可贴止血。



孩子受伤后，教他用创可贴止血。



包扎后不能止血时，告诉孩子用指压法止血，马上去医院。

很多孩子一看到血，就会以为自己伤得很严重，孩子会表现出焦虑和恐惧。家长应该告诉孩子，看到血流出来以后，要保持沉着冷静，先把伤口放在水龙头下冲洗，用布擦干，再用创可贴或止血胶布直接包扎在伤口上止血。

用白色棉布或纱布紧急止血

并不是每个孩子身边都会有现成的创可贴或止血胶布，家长就要告诉孩子，如果找不到创可贴，也可以用干净的白色棉布或纱布来代替。就算是小伤，家长也一定要教孩子学会自己止血。不要等到父母或者医护人员赶来，孩子已经白白流了很多血。

包扎后不能止血时，用指压法止血，赶紧去医院

如果孩子把伤口包裹住，仍然不能止血，除了给父母或120打电话外，还应该教孩子用指压法止血。如果孩子的手指出血，就用一只手用力压住受伤手指的两侧；如果是手肘出血，就用一只手的四指，用力压住受伤手臂上臂内侧隆起的肌肉来止血。如果仍然出血不止，就说明没有压住血管，应让孩子调整手指的位置，再做一次。

当孩子的脚、小腿受伤出血时，告诉孩子马上仰面躺下，把脚部垫高，再请他人帮忙，按住股沟、腰部、阴部间的血管，即可止血。

手脚扭伤、摔伤、跌打损伤后，不能乱动四肢

一天，男孩嘟嘟站到沙发上蹦来蹦去。沙发松软又有弹力，蹦了几下嘟嘟就晕了。突然，嘟嘟的左脚一下子被扭伤了，疼得他龇牙咧嘴，一边哭一边揉自己受伤的脚。嘟嘟不敢给妈妈打电话，害怕遭到训斥。等妈妈回来时，嘟嘟的脚肿得像个大面包。

孩子的四肢受伤后，不能随便扭动。很多家长四肢扭伤了，会使劲转动或者按摩受伤的部位。这样不但不能减轻病情，反而会使伤情加重。家长要告诉孩子，如果受伤的是手臂，则把手臂放在与心脏水平的位置上；如果是下肢，则把下肢抬到膝盖水平以上的位置。保持这种姿势，可以保证受伤部位血流畅通，减少肌肉进一步损伤。

安全教育一点通

孩子们摔伤之后，家长通常会找块热毛巾敷在孩子的受伤部位。这种做法对孩子伤口的愈合非常不利，会加重出血和肿胀，使伤口愈合缓慢。父母要教孩子，马上用冷毛巾或者冰块敷在扭伤、摔伤处，然后等父母或救护人员来，再进行下一步处理。

细节40　孩子的头磕破了怎么办

孩子游泳、踢球、跳高、跑步、爬楼梯以及和同学们打闹时，都有可能把头部磕破。头是人身体的总司令。如果头部受伤了，孩子的整个身体都会不好受。让孩子学会相应的应急自救处理，可以有效地防止孩子进一步受到伤害。

孩子的脑袋看上去又大又沉，走起路来不太稳当。孩子们天性活泼，连走路也蹦蹦跳跳，所以更容易摔跟头。孩子跌倒的时候，首当其冲摔倒的是那颗大脑袋。那些好动的孩子，经常是脑门上又青又肿，有的还会磕破了头皮。

青青今年八岁了，五岁的乐乐是她的小表弟。周末的时候，乐乐会被妈妈带到青青家里来，他们两个总是玩儿得很开心。有一次，大人们要出去买菜，嘱咐青青在家里陪弟弟玩儿。青青和乐乐把床当成了蹦蹦床，高兴地又蹦又跳，忽然，乐乐一脚踩空，只听咕咚一声，乐乐的脑袋重重地摔到了地板上。青青赶紧跳下去，把乐乐拉了起来，只见他的后脑勺肿起了一个大包。青青想替他揉一揉，谁知道被她一揉，乐乐哭得更厉害了。青青不知道该怎么办，她也跟着弟弟一起大哭起来。

小孩子摔倒是常有的事，家长们最担心的是孩子会撞伤了头。不论孩子是从床上、沙发上滚落，还是跑动时摔倒，或是从高处倒栽葱落下，都有可能造成头部的伤害。孩子一般性的跌倒，额头会碰得青肿，或是脑袋上被摔出一个包。如果孩子跑动的速度过快，就会使脑袋受到严重的撞击，就有可能磕破头皮，还有可能摔成脑震荡。这时候，就要十分注意了。简单地教孩子一些头部外伤的处理方法，让他在紧急时刻学会自救，是很有必要的。

孩子的头磕破了怎么办



头上起了包，不能用手揉，最好用冰块敷一下。



如果头皮擦破了，要先止血，后消毒。



孩子头上磕出了大口子，马上带他去医院。

安全教育大课堂

头上起了包，不能用手揉

孩子摔伤了头时，被撞的部分常常会肿起一个包，或者是变得青一块紫一块。这时候不要害怕哭泣，肿包是外伤导致的皮下出血，可能会

很疼，但是一般不会有太大危险。有的孩子发现头上起了包，会马上伸出手去揉。记住，发生水肿时，千万不能用手揉，因为揉搓不但不利于破裂的血管凝固，还会加重血肿的情况。想要消肿，最好的办法是冰敷。找一块冷水浸过的毛巾，在瘀伤的部位敷20分钟，就能帮助你缓解疼痛，减轻肿胀。

头皮擦破了，要先止血，后消毒

如果摔倒后头皮擦破了，要赶紧止血，然后再处理伤口。找一块消毒纱布，压在伤口上，如果情况紧急，也可以用干净的衣服来代替。轻轻压住伤口，一直到停止流血后再拿开。为了预防感染，止血后，要马上清洁伤口。先用双氧水认真冲洗，然后用棉签蘸上碘酒，在伤口处从里向外仔细消毒。

磕出了大口子，必须去医院

有时候因为剧烈活动，脑袋摔得很厉害，头上磕出了很大的口子，流血不止。这时候不要过分紧张，先想办法止血，然后马上去医院。伤口过大的话，仅仅靠自己包扎一下是不行的，还需要到医院缝合伤口，打破伤风针。有时候伤口不大，但是受伤的部位沾了脏的东西，也需要去医院处理。

安全教育一点通

孩子把头磕破后，父母最好带着孩子到医院打破伤风针。在随后的几天里，应该对孩子多加观察。注意孩子脸色的变化，看是不是正常。如果孩子常常发呆，脸色不好，不愿意吃饭，恶心呕吐，没有力气，父母要马上带孩子去医院的脑外科就诊。

细节41　孩子鼻子出血了怎么办

天热了、冷了、干了等都会很容易引起孩子鼻子出血。如果孩子喜欢用手抠鼻孔也会导致鼻子出血。还有的孩子挑食、偏食、见到青菜就摇头，也可能会由于维生素的缺乏而导致鼻出血。孩子出血的情况很常见，父母应该让他们学会自己止血。

鼻子是人体呼吸道的一道大门，可以过滤掉空气中的灰尘和微生物。鼻子还是重要的嗅觉器官，鼻腔内的嗅觉细胞非常灵敏，能够辨别几千种气味。鼻子虽然很重要，但小孩子活泼好动，碰破鼻子的事情时有发生。这时，你就要教孩子学会给鼻子止血。

宁宁和小朋友玩捉迷藏时，突然被台阶绊倒了。宁宁站起来时，满脸是泥，鲜血不断地从鼻孔里涌出来。孩子们用了很多土办法帮宁宁止血。有的让他压块小石头在耳朵上，有人让他把头仰起来，说是血可以流进嘴里，这叫“肥水不流外人田”。宁宁自己也慌了神，不管用哪种方法，血都没有止住。这时，妈妈及时赶来，带着孩子去了卫生所，才算把血止住。

儿童鼻出血是很常见的症状。儿童的鼻黏膜非常娇嫩，鼻内的血管壁也很薄，稍微碰一下，就有可能造成血管破裂，引起出血。如果遇到气候干燥，或是赶上孩子那几天上火，擤一下鼻涕或者挖一下鼻孔，都会让鼻子血流不止。但是，很多孩子不知道如何止血。一看见血流如注，就慌了神。作为父母，你应该让孩子学会给鼻子止血哟！

安全教育大课堂

鼻子出血不要慌，捏紧鼻孔十分钟

对孩子说：“如果你不小心碰了一下，发现鼻子出血了，不要慌张，你完全可以自己处理好。”步骤是：先坐下来，放松身体，把头稍稍向前倾斜。用拇指和食指紧紧捏住鼻子，改为用嘴呼吸，这样使两个鼻孔封闭10分钟，一般就会止住鼻出血了。

孩子鼻子出血了怎么办



告诉孩子，鼻子出血不要慌，捏紧鼻孔10分钟。



如果鼻子仍然出血，可以指导他用药棉塞紧鼻孔。



如果还是血流不止，应立刻带孩子快去医院。

如果鼻子仍然出血不止，可以用药棉塞紧鼻孔

如果用手指捏压鼻子之后，仍然出血的话，马上找一团脱脂药棉，卷成和鼻孔一样粗细的细条，塞进鼻孔里。松松地塞进去效果不好，要用点力气，把鼻孔塞得满满的，才能够达到止血的目的。

用冰块或毛巾冷敷，也可以减少出血

鼻子里塞上棉球后，如果还是感觉咽部有血向下流，就说明鼻血没有止住，这时候，可以采取冷敷的办法来止血。拿一个冰袋过来，敷在前额的鼻根部位，或者敷在脖子后面，这样用低温促使血管收缩，也会帮助止血。没有冰袋的话，可以找一块凉水浸湿的冷毛巾来代替。

如果还是血流不止，应立刻带孩子去医院

如果上面的方法都试过了，还是血流不止，那就要赶紧去医院了。要知道，引起鼻出血的原因还有很多，像鼻炎、急性感染和血液病，都可以引发鼻出血，所以，一定要仔细查明出血原因，才能够更好地治疗。

安全教育一点通

孩子的鼻子偶尔出血，可能是气候干燥，也可能是外力所致，这倒没什么，止血就可以。可是，如果孩子的鼻子反复出血，并且一出血很难止住，这一定要引起父母的注意。这可能是某些急性感染疾病甚至是血液疾病的前兆。所以，父母要带孩子去医院做个全面的检查。

细节42　怎样教孩子预防中暑

吴女士说：“我的孩子六周岁半了。今天比较热，中午回家后孩子直喊头疼，吃什么吐什么。中午和晚上一点东西也没有吃下去。我心疼得不行，难道是中暑了么？如何让孩子预防中暑呢，中暑了怎么办啊？”吴女士焦急地上网发帖询问，得到了很多妈妈的回应……

贪玩是孩子的天性。冬日里还好说，跑跑跳跳能够产生热量，盛夏就麻烦了，上面太阳晒下面热气蒸，孩子超强度活动，很容易就会中暑。

米米是个6岁的小女孩，但性格就像是个假小子。幼儿园的老师根本看不住她，动不动就往外跑。很多小朋友都坐在大树下乘凉，可米米却跑得满脸是汗，衣服都湿透了。到中午吃饭的时候，老师发现米米像根蔫黄瓜。老师摸摸她的头，很烫，再捏捏她的手，却感觉凉凉的。老师意识到，米米是中暑了。

老师急忙用湿毛巾替她擦拭身体降温，又递给她一杯淡盐水让她小口喝。过了一个多小时，米米的脸色渐渐恢复了正常，又跑去和小朋友玩了。不过，她不再到烈日下乱跑了，因为老师告诉她，夏天要注意防暑。

幸亏老师有经验，判断出米米的症状是中暑前期的表现，并且采取了急救措施，米米才不至于又吐又泄，很快恢复了正常。如果遇到一位粗心的老师，任由米米的暑症发展下去，那后果真的是不堪设想！

安全教育大课堂

告诉孩子夏天活动要适度，过量活动易中暑

夏季是闷热潮湿的季节，人体散热很困难，儿童相对于成年人来说，新陈代谢更快，加上儿童体质的问题，盛夏防暑更为必要。做父母的一定要告诉孩子，夏天的活动不能过量，要避免在烈日暴晒时活动，免得出太多的汗造成脱水。活动一段时间以后，要在凉爽处休息。不能因为一时玩得高兴，造成过度疲劳，过度疲劳会使儿童抵抗力下降，也容易中暑。

怎样教孩子预防中暑



告诉孩子，夏天活动要适度，过量活动易中暑。



水是“宝”，夏天要让孩子多喝水。



活动量过大时，可以教孩子用药品防暑。

水是“宝”，夏天要孩子多喝水

告诉孩子，在夏天，口不渴也要喝点水。因为，口渴时你的身体已经处于非常缺水的状态。一定要孩子记得，喝水不能太急，要小口慢喝，尤其是在运动后。即使是很热，最好还是喝点温开水，不要喝太凉

的水和饮料，喝的水越凉反倒越容易中暑，因为孩子的肠胃突然变凉，身体器官不能适应，从而会影响整个消化系统和全身的各个系统的正常运行。

活动量过大时，可以教孩子用药品防暑

告诉孩子，进行长时间的户外活动时，要带一些防暑药品。常用的防暑药品有仁丹、十滴水、藿香正气水、清凉油、风油精、避瘟散等。

要掌握这些药品的使用方法，更要懂得这些药的禁忌。风油精可以涂在太阳穴、人中穴等清爽身心，但是在出汗时使用的话，很可能会过敏；藿香正气水可以在中暑前期使用，可是对一些有诸如肾病、高血压等病症的人来说，使用前一定要询问医生；十滴水是治疗中暑的药品，对预防不起作用。

安全教育一点通

夏天，往往会因为天气炎热，孩子睡眠不好，休息不佳，从而影响食欲。因此，要告诉孩子不能挑食，既要吃一些补充蛋白质的鱼、蛋、奶等，还要吃一些新鲜蔬果，如西红柿、黄瓜、苦瓜、桃子等。身体的营养均衡了，也能很好地预防中暑。

第12章　教孩子走失后也能找到父母的安全策略



细节43　家庭信息，教孩子要早早记牢
细节44　告诉孩子，一旦和家人走散该怎么做
细节45　传授“迷路教育”，让孩子平安回家

细节43　家庭信息，教孩子要早早记牢

俗话说：“细节决定成败。”教育孩子记住家庭信息，虽然是一个很小的教育点，但是，它却深深地影响着家庭教育的效果。如果孩子长到七八岁时，还不知道父母的名字，不知道家庭住址，就太不应该了。家教无小事，细节贵如金。教育孩子一定要注重细节的教育。

孩子慢慢懂事，妈妈应该有意识地让孩子记住家庭信息。因为，很多走失的孩子因为说不出家庭信息，被送到了福利院或收容所。而有时，可能因为孩子的一无所知，造成他一生都找不到亲生父母的悲剧。

陈先生带着7岁的儿子去串亲。刚下火车，陈先生发现儿子不见了。他急得满头大汗，马上请当地的亲戚帮忙寻找。直到两个月以后，在民警的帮助下，陈先生才在福利院找到了失散的儿子。原来，男孩与爸爸失散后，遇到了民警。但是，男孩不知道家在哪儿，也不知道父母的名字和电话。民警只好把他送到了郊区的福利院。

假如，你的孩子被坏人领走，被卖到偏远的山区，他不记得父母的名字和电话，也不知道家在哪儿，就算有回到父母身边的机会，也不可能找到父母。有些孩子快十岁了，仍然记不清家里的电话，不知道父母的名字。因此，家长一定要让孩子记住最基本的家庭信息。这样，孩子迷路、走失、被坏人拐卖后，才能尽快地回到父母身边。

安全教育大课堂

教孩子记住父母的名字

在孩子不会说话的时候，妈妈最重要的任务是教会孩子说“爸爸”“妈妈”。等孩子说话不成问题时，妈妈就应该反复告诉孩子他的名字和父母的名字，然后经常问孩子：“宝贝，你叫什么名字啊？”“你爸爸叫什么名字？你妈妈叫什么名字？”“你是谁家的孩子啊？”通过反复询问，让孩子牢牢地记住父母的名字。

家庭信息，教孩子要早早记牢



教孩子记住父母的名字。



让孩子记住父母的手机号码。



教孩子记住自己的家庭住址。

让孩子记住父母的手机号码

让孩子记住爸爸妈妈的手机号码，是至关重要的一件事。假如孩子被坏人拐走、迷路或走失，只要他牢牢记着父母的电话，就能够顺利地回到父母身边。平时，多和孩子玩打电话的游戏，由妈妈把手机号码念

出来，让孩子在玩具电话机上重复拨打。当然，妈妈也一定要让孩子亲自给父母打电话。当手机接通时，孩子对父母手机号码的记忆，将更加深刻。

教孩子记住自己的家庭住址

让孩子记住了父母的名字和手机号码后，接下来要教他记住家庭地址。对孩子说："我们家住在××市××街道××小区××号楼××单元×××室。"等孩子能连贯地说出家庭地址时，要经常向孩子提问："宝贝，告诉妈妈，你家住在哪里啊？"要耐心地教导孩子，直到孩子能背出家庭地址。

让孩子记住爸爸妈妈的工作单位名称

有些父母认为，没有必要让孩子记住自己的工作单位。因为他们觉得，让孩子知道得太多，反而会很麻烦。错！假如父母的手机无法接通时，民警可以通过工作单位与家长们取得联系。

当然，还应该让孩子记住其他亲人的名字。比如姑姑、小姨、伯伯、叔叔等人的名字。这些人名可以成为孩子走失、被拐、被卖后的救命信息。

安全教育一点通

家长要多和孩子进行亲子交流，让他们懂得更多的道理。经常对你的孩子说："乖宝贝，不能把爸爸妈妈的名字、电话号码和工作单位名称随便告诉别人。除非有一天，你找不到爸爸妈妈，也找不到家了，只可以告诉警察叔叔。"

细节44　告诉孩子，一旦和家人走散该怎么做

有的孩子找不到父母时，便吓得哇哇大哭。有的孩子逢人就问，有没有见到自己的妈妈。还有的孩子四处寻找妈妈，最后越走越远，以至于迷路。其实，这些孩子的慌乱行为，不但不能找到妈妈，反而更容易引起坏人的注意，从而引发拐卖儿童事件的发生。

孩子是父母的掌上宝贝，可是有些父母太大意了，带着孩子出门购物或者游玩，竟然把孩子弄丢了。每每发生这样的事情，父母们就会痛心疾首、捶胸顿足，刚刚孩子还在身边，只是一会儿没注意，孩子就不见了。

张女士带着7岁的儿子去逛庙会。庙会上人头攒动，人来人往。走到一家店铺前，张女士放开儿子的小手，摸了摸店铺门前的真丝长裙。当张女士放开长裙，转过身发现儿子不见了。随后，张女士打电话向110报警。一个多月过去了，儿子仍然杳无音讯。张女士捧着儿子的照片逢人就问，希望找到失散的孩子。

孩子还那么小，离开了父母吃什么？喝什么？晚上在哪里睡觉？冷了怎么办？如果孩子找不到家人，被人贩子骗走怎么办？父母们每每想到这里，就不敢再往下想。所以说，对孩子进行走失教育，非常有必要。

安全教育大课堂

告诉孩子，与家人失散后，不要惊慌哭泣

有的孩子找不到父母时，便吓得哇哇大哭。有的孩子逢人就问，有没有见到自己的妈妈。还有的孩子四处寻找妈妈，最后越走越远，以至于迷路。其实，这都是孩子的慌乱行为，不但不能找到妈妈，反而更容易引起坏人的注意，从而引发拐卖儿童事件的发生。

父母要提前告诉孩子："找不到爸爸妈妈时，既不能哭，也不能大喊大叫，更不能逢人就问，不要惊慌乱跑，要坚定信念一定可以找到妈妈。"

告诉孩子，一旦和家人走散该怎么做



告诉孩子，走丢后在原地玩“定身法”。



告诉孩子，找不到爸爸妈妈时，要找工作人员或者警察。



与孩子约好，万一走散了，就在××地方等家长。

告诉孩子，走丢后在原地玩“定身法”

父母发现孩子不见了，通常会顺着走过的路找回去。那么，可以对孩子说：“在哪里找不见妈妈，就站在哪里玩‘定身法’，这样很快就能见到妈妈了。”平时带孩子出门的时候，可以教孩子唱“定身儿歌”：“小鸭

子，跟妈妈，商场里面买鞋袜。走丢了，不害怕，站在原地等妈妈。别人走，他不走，好像中了定身法。定身法，不害怕，终于等来好妈妈。”

告诉孩子，找不到爸爸妈妈时，要找工作人员或者警察

张女士带着女儿欢欢去商场。突然，张女士发现欢欢不见了。张女士赶紧在商场里寻找孩子。不一会儿，高音喇叭里传出广播的声音：“张青女士，请马上到一楼服务台，您的女儿在等您！”张女士狂奔到服务台，抱着散失的孩子喜极而泣。原来，孩子一回头发现妈妈不见了，便找到了商场的保安。保安带着欢欢来到服务台，便有了后来服务台找妈妈的一幕。

其实，这多亏了妈妈对孩子的走失教育。孩子牢牢地记着妈妈的话，才顺利地找到了妈妈。告诉孩子，如果在商场和妈妈走失，要去找工作人员；如果在游乐场、公园或者其他场所与父母走失，就要找工作人员或者警察。

安全教育一点通

家长平时带孩子逛商场、游乐场或者在公园玩的时候，要有意识地告诉孩子，穿统一服装的人是工作人员。如果找不到妈妈时，可以请他们帮忙。站在收银台或者服务台内的叔叔阿姨也可以帮自己找到妈妈。

为了防止孩子与家人走散，每次临出门前，家长还可以与孩子约好：万一走散了，就在×××地方等妈妈，见不到妈妈千万不要离开。

细节45　传授“迷路教育”，让孩子平安回家

当孩子在爬山、旅游或者野营时迷路了，没有与外界联系的通信工具，也找不到可以求助的人，孩子该怎么办呢？父母要教孩子学会辨别方向。只有弄清楚了东南西北，孩子才有可能摆脱迷路的困扰，平安地回家。

孩子在很小的时候，总是由家长寸步不离地带在身边，所以不用担心孩子会迷路。当孩子开始自己出门，自己上学放学，参加学校组织的爬山、旅游、野营等活动时，父母们就应该考虑一下，如果孩子迷路了怎么办？

刘先生送7岁的儿子刘明去上学。半路上，刘先生临时有事，便让孩子自己步行去学校。而孩子走了几百米，就迷失了方向。孩子在大街上转悠了很久，然后朝着小树林走去……

到了放学时间，刘先生发现儿子迟迟没有回来，向学校老师核实后才知道，孩子根本没有去学校。刘先生赶紧四处寻找，几个月过去了仍然没有儿子的下落。

很多父母都不能相信，孩子在上学放学的路上也会迷路。其实这样的事情在全国各地都时有发生。孩子迷路以后，见不到亲人也回不了家，只能在外面受冻挨饿。如果遇到人贩子，孩子的命运将从此改写。

安全教育大课堂

教孩子在大街上迷路时，可以找店铺的主人问路

很多孩子之所以会迷路，往往是因为不善于开口向大人问路，总是认为自己所走的路是正确的，结果离家越来越远，回家也就越困难。父母们要经常告诉孩子，如果在大街上迷路了，可以找店铺的主人问路，不管是去某个地方，还是回家，都可以向店铺的主人问路，迷路的难题将会迎刃而解。

传授“迷路教育”，让孩子平安回家



教孩子在大街上迷路时，可以找店铺的主人问路。



迷路时，可以借用叔叔阿姨的电话，打电话求助。



教孩子在野外学会识别方向的知识。

借用叔叔阿姨的手机，打电话求助

孩子独身一人在外，找不到亲人也找不到回家的路时，可以借用年轻的叔叔、阿姨的手机，打电话给父母或者打110寻求帮助。有的孩子可能会说：“如果当时我身上没有钱，人家不让我用电话怎么办？”父母

就要教孩子说："我今天出门忘记带钱了，明天让我爸爸把钱给您送过来。"而接下来，则需要父母替孩子履行承诺，不让孩子失信于人。

教孩子在野外学会识别方向的知识

当孩子在爬山、旅游或者野营时迷路了，没有与外界联系的通信工具，也找不到可以求助的人，孩子该怎么办呢？

A、利用太阳辨别方向。我国处在地球的北半边，太阳从东方升起、从西边落下，正午的时候太阳在南方，与之相反的方向是北方。

B、用指针表来辨别方向。先把腕表平放，把时针指向太阳。取时针与12点之间取一条中线，我们生活在北半球，这条中线正好指向正南。如果是在南半球则指向正北方。

C、遇到阴雨天时，教孩子通过眼前的树木来辨别方向。树木向阳（朝南）的一面枝叶茂盛，向阴（朝北）的一面枝叶稀疏。

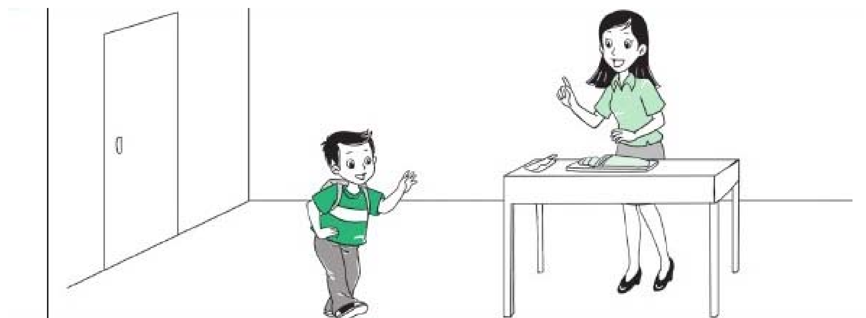
D、当孩子遇到一条小河时，通常顺着小河走，便能够顺利下山。

安全教育一点通

为了以防万一，细心的父母最好在孩子的身上随时装一块布。上面写有孩子的名字，家庭地址和父母的电话，如果可以的话，再画一个简易的地图。这样，就算孩子迷路，走丢，他拿出这块布，寻求帮助就会非常方便。

当孩子外出野营或者旅游时，父母应该让孩子提前查好行进路线，以防半途迷路。

第13章　教孩子千万别吃出好歹来的安全策略



细节46　野外的蘑菇，孩子在哭它在“笑”
细节47　过期、变质的食物不能让孩子吃
细节48　让孩子明白，哪些食物不能生吃

细节46　野外的蘑菇，孩子在哭它在“笑”

我国约有100多种毒蘑菇。最常见的致人死亡的毒蘑菇至少有10种。据专家介绍，毒蘑菇的毒性非常强，所含毒素非常复杂，至今没有有效的解毒药。人误食以后，潜伏期通常为2～11个小时。中毒表现为脏器损害型的病人，死亡率较高。

夏季到了，雨水开始增多，万物也疯狂地生长。也许一夜之间，小树林里就会长一大片野蘑菇。于是，孩子们便兴奋地采摘野生的蘑菇，希望能喝到一盆鲜美的蘑菇汤……但这时候，父母一定要让孩子提防，这些自然界中的美丽“诱惑”，可能正暗藏“杀”机。

2010年7月中旬，重庆市连降大雨，雨后树林里长出了很多野蘑菇。7月17号这天，14岁的男孩李某从小树林里采了一盘野蘑菇拿回家，让奶奶给全家人熬汤喝。结果，男孩的三胞胎弟妹、外公外婆全部中毒，被送进医院抢救。

野生蘑菇好看，又诱人，很多人被它的外表所迷惑，贪图它的美味，结果身中剧毒。即使能幸运地捡回一条命，也会花去高额的医药费。

安全教育大课堂

为了防止野蘑菇中毒，最好让孩子不吃！

野蘑菇不光是长在野外，我们小区的花园里、草地上，路边的大树

下和墙角里，也会长出各种各样的蘑菇来。野蘑菇离孩子这么近，该怎样抵抗它的诱惑呢？

告诉孩子，野蘑菇的生长环境十分复杂，有些蘑菇品种本来是无毒的，如果它和毒蘑菇长在一起，也有可能变成有毒的，所以说，所有品种的野蘑菇都不是绝对安全的。要想保证安全，就不要随便采摘野蘑菇，不管它有毒没毒，我们坚决不去吃它。

野外的蘑菇，孩子在哭它在“笑”



为了防止野蘑菇中毒，最好让孩子不吃！



告诉孩子，野蘑菇会对人体有哪些危害。



误食毒蘑菇后，教孩子如何急救。

如果孩子闹着想吃蘑菇，妈妈可以带他去市场上买。指给孩子看，哪些是香菇、白灵菇，哪些是口蘑、鸡腿菌等，让孩子知道，市场上卖的这些蘑菇品种，才是又好吃又安全的菌类食物。

告诉孩子，野蘑菇会对人体造成哪些危害。

电视上经常宣传“绿色食品好”，孩子们认为，野生蘑菇也是绿色食品，吃了对身体肯定有好处。这种想法是错误的，因为如果吃到有毒的蘑菇，很容易会使人中毒。毒蘑菇的毒素会侵害我们的肠胃、神经和血液。中毒后的儿童，开始的时候会感觉恶心、头晕，随后发生呕吐，腹泻不止。如果毒素侵害到神经系统，孩子就会出现精神错乱的状况。如果中毒更严重的话，还会导致昏厥和死亡。所以说，野蘑菇不是“放心食品”，绝对不能随便乱吃！

误食毒蘑菇后，教孩子如何急救？

孩子一旦发现自己食用了毒蘑菇，或者感到身体不舒服时，应该马上饮用大量的温开水或者稀释盐水。然后让孩子把筷子或者干净的鸡毛放在嘴里刺激咽部，促使人呕吐。反复催吐的结果，最终把胃里的有毒食物全部吐出来。但是，如果吐不出来怎么办，告诉孩子应该马上到医院就医。当然，孩子把食物全部吐出来，也应该马上就医，以便得到进一步的治疗。

安全教育一点通

野外的蘑菇不能吃。那么，院子里和房子周围长出来的蘑菇能吃吗？你要告诉孩子，不能吃。发现这样的蘑菇后，家长要及早除掉，免得孩子误食。让孩子一定做到不采、不买、不卖、不食野生蘑菇，以防中毒。

民间有一种鉴别蘑菇是否有毒的方法，就是将蘑菇与大蒜、银器同煮，然后看是否有颜色变化。父母应该让孩子知道，这种鉴别的方法并不可科学。

细节47　过期、变质的食物不能让孩子吃

有的妈妈很注意节约，剩饭剩菜放到冰箱里，第二天热一热继续吃。但妈妈却不知道，隔夜的饭菜会产生大量的亚硝酸盐，孩子吃了它不但会闹痢疾、拉肚子，还会诱发肠癌和胃癌。为了节省一碗剩饭，到头来让孩子生一场病，妈妈们觉得这样值吗？

孩子们从小受到的教育是“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。正是这种思想，让孩子们面对剩菜剩饭的时候，会毫不犹豫地吃掉。即使是发了毛、变了味的食物，只要有人给他们吃，他们也绝不会说半个“不”字。

2010年5月21日，河南省安阳县某中学的宋同学，像往常一样到食堂里吃早饭。当孩子把馒头拿在手里时，发现馒头上长了毛，而且散发着一种难闻的味道。但宋同学没有多想什么，只是把长毛的皮撕掉，然后就着一盘剩菜吃了下去。结果一个多小时以后，该校在食堂吃过早饭的53名学生，均不同程度地表现出肚子疼、干呕、恶心等症状。

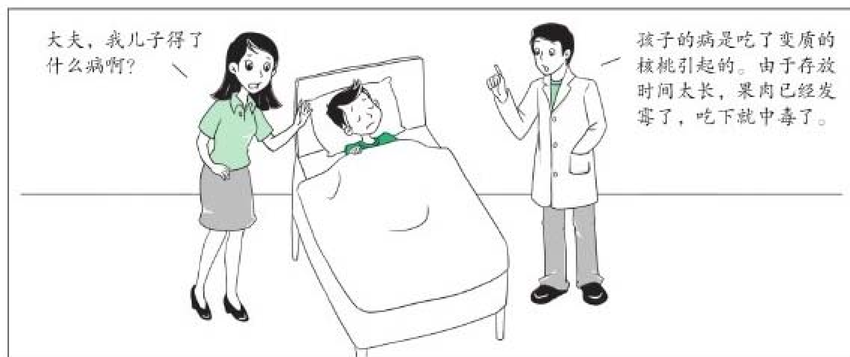
发生这样的事情，学校有不可推卸的责任。但是，孩子中毒了，最伤心难过的人肯定是父母。所以你不要指望把所有的安全教育工作都推给学校和老师。为了孩子的身体健康和生命安全，父母应该懂得相应的食品安全卫生常识。

安全教育大课堂

剩饭剩菜不能吃

有的妈妈很注意节约，剩饭剩菜放到冰箱里，第二天热一热继续吃。但妈妈却不知道，隔夜的饭菜会产生大量的亚硝酸盐，孩子吃了它不但会闹痢疾、拉肚子，还会诱发肠癌和胃癌。为了节省一碗剩饭，到头来让孩子生一场病，妈妈们觉得这样值吗？

过期、变质的食物不能让孩子吃



让孩子知道，存放时间太久的食品不能随便吃。



告诉孩子，买零食要看生产日期和保质期。



让孩子明白，冰箱里的食品不一定就是安全的。

让孩子知道，存放时间太长的食品不能随便吃

王先生去山区旅游，带回来一大袋子核桃。于是，王先生便让10岁的儿子每天吃两个。结果，王先生的儿子吃了一年也没有吃完。第二年夏天，王先生的儿子接着吃核桃，刚吃了几天，就出现了头痛、恶心的

症状。王先生带着儿子去医院就诊。医生说："孩子的病因为变质的核桃。因为核桃存放时间太长，核桃的果肉已经发霉。孩子吃下以后，就会出现中毒的症状。"

有的食品放久了，表面上看不出什么，吃的时候味道也没有变，可实际上它的成分已经发生了变化。比如家里的大米、花生、栗子、核桃，都是孩子们最爱吃的，可是这类东西放得久了，就会产生一种黄曲霉素，它对人的危害特别大，好多肝炎和癌症，都是因为吃了发霉的米、面引发的。所以，发现有发霉迹象的食品，千万不要试着去吃。

买零食要看生产日期和保质期

孩子们喜欢买零食吃，却从来不关心食品是否过了保质期。你应该教会孩子查看食品的生产日期和保质期。比如盒装的罐头，生产日期通常在罐头的底部，保质期印在瓶身上；瓶装的饮料，生产日期和保质期会印在瓶口或者瓶身上；袋装的食品，生产日期通常在封口处。

每次带孩子去超市购物时，应该做示范给孩子看，让他们学会查看生产日期和保质期。并且告诉他，过了保质期的食物不能购买，更不能食用。

安全教育一点通

告诉孩子，冰箱里的食品不一定就是安全的。食品冷藏后，微生物也能繁殖，时间长了，照样变质。所以，从冰箱里取出的食物，要加热后再吃，不要贪图省事直接吃。雪糕也有保质期，告诉孩子，如果发现雪糕变形、变味，千万不要吃它。

细节48　让孩子明白，哪些食物不能生吃

熟食都是经过高温杀菌的，从这方面来说，生的食物绝对不能吃。更要注意的是，有些食物本身含有毒素，高温的过程可以帮助消除毒素，这样孩子吃起来才更安全。

不知道从什么时候开始，生吃食物成为了一种时尚。许多妈妈认为，烹煮会使食物的营养流失。但是，有的食物生吃的话，营养又可口，有的食物，却不可以生吃。

家住湖北省黄石港的温先生突然喜欢上了吃生鱼片，10岁的儿子也跟着温先生一起吃了几顿。几天以后，温先生和儿子常常感到身体疲倦无力，四肢麻木，并且伴有腹泻和便秘的症状。当天，温先生和儿子一起到医院检查。医生说，他们得的是鱼鲦病。令温先生没想到的是，吃生鱼片也会生病。

孩子生吃食物到底好不好？有些食物，生吃的话不利于营养吸收；有的食物，生吃对孩子的肠胃不好，会引起腹胀、腹泻等症状。

安全教育大课堂

茄子、花菜、洋山芋、鲜藕和竹笋最好不要生吃

每一位妈妈都想让孩子多吃蔬菜，可有些蔬菜是不能生吃的。茄子、花菜和洋山芋含有尼古丁成分，经常生吃的话，就等于是让孩子被动吸烟，会给孩子的身体造成伤害。

鲜藕和竹笋，又清口又好吃。可是妈妈要告诉孩子，生吃鲜藕会消化不良，它里面含有寄生虫，还会使孩子腹泻或者肚子痛。竹笋如果没有煮熟的话，会引起中毒，使孩子头痛并恶心、呕吐。

让孩子明白，哪些食物不能生吃



要让孩子明白，肉类和鸡蛋，必须吃熟的。



预防寄生虫病，告诉孩子不要生吃海鲜。



告诉孩子，胡萝卜最好不要生吃。

肉类和鸡蛋，必须吃熟的

吃涮羊肉的时候，有些孩子心急，没等羊肉熟透就夹出来吃，就会把羊肉里的旋毛虫吃进肚子里。有的妈妈让孩子喝生鸡蛋当早餐，孰不知，生鸡蛋里带有致病细菌和寄生虫卵，天天吃这个，孩子会得腹泻，

感染上寄生虫病。

预防寄生虫病，告诉孩子不要生吃海鲜

暑假里，妈妈带妮妮回姥姥家。姥姥每天都给她海鲜吃。妮妮最喜欢吃生鱼片和鲜牡蛎，每次都会吃上满满一大盘。有一天，妮妮忽然说身上发痒，妈妈一看，妮妮的身上满是红疙瘩。妈妈带她去了医院，原来，妮妮感染了一种皮下寄生虫。

这种寄生虫生活在海洋生物体内。如果海鲜类食物没有煮熟的话，幼虫就会进入人体，到处游动。如果幼虫侵入脑组织，则可引起癫痫；若幼虫侵入人体内脏，则可损伤各器官，并引发出血和组织坏死、甚至死亡。因此，要想让孩子预防寄生虫病，最好的方法就是让孩子不生吃海鲜，不吃未煮熟的鱼、肉。

告诉孩子，胡萝卜最好不要生吃

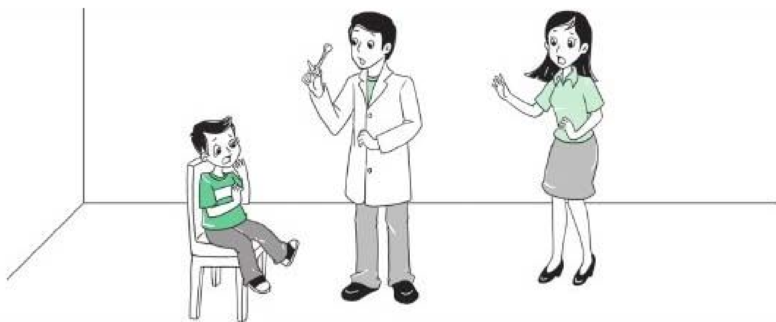
胡萝卜一直是我们餐桌上的常客，每个小朋友都知道它富含胡萝卜素，吃了对身体好。可是，胡萝卜素只有在用油烹炒的时候，才能转变成可吸收的维生素A，如果你每天啃的是生胡萝卜，那等于是白白浪费。

所以说，食物生吃不一定有营养，有时还会妨害到孩子的健康，很多情况下，把食物稍微烹制一下，会对孩子的身体更有好处。

安全教育一点通

有些妈妈喜欢用开水冲鸡蛋给孩子喝。却不知道，这种方法不能完全杀死鸡蛋中的病菌和寄生虫卵，孩子喝了容易生病。有些妈妈，把白菜、芹菜用开水烫一下，就凉拌给孩子吃。却不知道，蔬菜没有熟透，内部的毒素就会侵入孩子的身体。

第14章　教孩子保护身体免受伤害的安全策略



细节49　如何预防孩子把小物件放入口中
细节50　如何保护好孩子的眼睛
细节51　要告诉孩子，憋尿害处大
细节52　怎样指导孩子逃离“二手烟”

细节49　如何预防孩子把小物件放入口中

妈妈要教育孩子，不要把小物品放入口中。因为如果孩子把尖锐或不规则的物体吞下去，极有可能损伤食管和胃黏膜，严重危害身体健康。如果孩子口中的异物被吸入支气管，危险性更大，不及时取出的话，还会危及生命。

孩子在成长的过程中，喜欢把玻璃球含在嘴里玩儿，或者在和布娃娃玩儿的时候，会一口将纽扣咬下来，并把纽扣含在嘴里，稍有不慎，就会误吞下去，或者卡在气管里，这会对孩子的健康造成很大的伤害。

天天今年5岁了，他有一个习惯，总喜欢把手上的东西随手放进口中。妈妈每次都会批评他，可天天总也改不掉这个毛病。有一次，天天在画画，他把彩笔帽儿摘下来，随手放到了嘴里。这时，妈妈推门进来，看到天天往嘴里乱塞东西，马上大声喝止，天天猛然间受到惊吓，倒吸一口气，结果把笔帽吸进了气管里！看到天天脸憋得通红，咳嗽不止，妈妈吓坏了，马上带孩子去医院。经过抢救，孩子气管里的笔帽才终于被取出来。

想想看，如果异物再被天天吸得更深一点，很可能会导致窒息。如果天天吸进去的不是笔帽，而且尖尖的钉子，后果将不堪设想。类似的事件不断地在我们身边发生：有的孩子吞了小贝壳儿，有的孩子吞了扣

子……

安全教育大课堂

别让孩子拿小物件玩耍

当看到孩子手里拿着小物件玩耍时，你一定不要大呼小叫，而应该心平气和地问孩子："宝贝，你手上拿的是什么？给妈妈看看好吗？"当孩子交出"危险物品"时，父母可以把小物件举在孩子面前，对他说："宝贝，你现在还小，拿着这个东西玩太危险了，如果你无意间放到嘴巴里，很容易吞到肚子里。宝贝想想，到时你痛苦不痛苦？"

如何预防孩子把小物件放入口中



别让孩子拿小物件玩耍。



告诉孩子，不小心吞下异物，必须马上求救。



哭闹只会加重疼痛，孩子应该配合医生抢救。

假如孩子眨眨眼睛问你：“痛苦又怎么样？”你就要对他说：“那样爸爸妈妈会很难过，会带着宝贝去医院里，打针吃药还要输液。如果打针吃药不管用，还得在宝贝肚子上划个大口子，进行开刀手术。”

告诉孩子，不小心吞下异物，必须马上求救

小孩子平时不听大人的告诫，等到出了事儿才开始害怕。比如有的孩子吞下了异物，却因为害怕大人的责骂而隐瞒不说，有的还因此贻误了抢救的最佳时机。我们平时看到孩子往嘴里乱塞东西的时候，不要一味地大声教训，记得要告诉他："万一不小心吞了下去，立刻告诉爸爸妈妈，如果身边没有人，不要慌，可以向邻居求救，或者拨打急救电话。"

哭闹只会加重疼痛，孩子应该配合医生抢救

一旦气管被呛住或者食道被卡住，孩子都会有剧烈的身体反应，比如憋气、咳嗽，很多小孩会因为精神恐惧而大声哭闹，又蹬又踹，让医生没法近身。我们要这样跟孩子说："哭闹只会让身体越来越难受。如果你安静下来按医生的话做，很快就会好了。"

安全教育一点通

父母给孩子买玩具或用具时，要注意那些小装饰，小零碎。要检查是不是结实，会不会被孩子拽下来。家里的小东西，要摆放到孩子拿不到的地方。孩子，尤其是年龄小的孩子，他把小东西放到口中有时是无意中的行为，父母不要给他创造这个条件。

细节50　如何保护好孩子的眼睛

近年来，儿童近视眼的发病几率越来越高。由于不注意用眼卫生，长时间看电脑、看电视、走路看书造成了孩子眼部长时间疲劳，而诱发各种疾病。假如孩子阅读时的照明光线不充足，阅读写字连续40分钟眼部得不到休息，都将造成孩子的眼睛受伤。

人体所接受的信息中，85%的信息依靠眼睛，因此说眼睛是心灵的窗户，一点也不为过。但是，人类的眼睛一直要等到10岁以后，才能发育完善。孩子的眼角膜非常脆弱，更加需要精心细致地呵护。

正在上二年级的小娟，是个非常听话的孩子。她写作业的时候，总是坐得直直的，小脑袋抬得高高的，很注意姿势。因为平时注意保护，所以小娟的眼睛一直很健康，看上去又黑又亮，谁见了都夸她有一双漂亮的眼睛。

暑假，小娟在楼下玩堆沙堡，忽然被沙子迷了眼睛。小娟立刻用手去揉，没想到越揉越疼。小娟捂着眼睛跑回家。妈妈见状，把小娟的眼皮翻开，用清水反复冲洗，沙粒没有出来，小娟的眼睛却越来越红了。妈妈赶紧带小娟去了医院，到眼科一检查，医生说是眼角膜损伤。

幸亏妈妈带孩子及时到医院就诊，否则，很有可能引发角膜感染。让孩子保护好眼睛，可以很好地预防儿童意外伤害。

安全教育大课堂

教孩子学会正确用眼

父母要教孩子学会正确用眼，这将对他们的眼睛起到很好的保护作用。平时看书、写作业时，要保持正确的姿势：身体要坐端正，头要正，不要把眼睛凑到书本上去；躺着或趴着的时候不能看书；坐车和走路的时候也不能看书；灯光太强或者太暗不能看书。

如何保护好孩子的眼睛



教孩子学会爱护自己的眼睛。



要对孩子说，要想眼睛好，决不能挑食。



让孩子改掉用脏手揉眼睛的习惯。

孩子自制能力差，父母要适时提出建议：不能让孩子长时间看书、玩电脑、看电视。一般孩子在看书半小时后，要休息片刻。孩子看电视时，距离不能太近，至少要保持电视机对角度距离的6～8倍。另外，孩子要保持较好的视力，必须要保证充足的睡眠。

要想眼睛好，就不能挑食

眼睛的发育与饮食直接相关，维生素A与眼睛的关系密切。如果孩子的身体缺乏维生素A，轻者会感觉眼睛发干，视力下降，严重的会发生夜盲症。如果维生素A严重缺乏，还有可能发生角膜穿孔致盲。所以，小朋友要养成良好的饮食习惯，不挑食，不偏食。多吃一些富含维生素A的食物，比如动物肝脏、鸡蛋、牛奶，另外，多吃些胡萝卜、红薯和橘子，也可以预防近视。

让孩子改掉用脏手揉眼睛的习惯

很多孩子喜欢用手去揉眼睛。妈妈要告诉孩子，这样做非常不好。因为人的手上带有很多细菌，揉眼睛时，细菌会进入眼睛，引起眼角膜发炎。脏手还能传染眼病，儿童的沙眼、红眼病就是这样传播的。告诉孩子，如果眼睛发痒，不可以用脏手乱揉，要先把手洗净，再滴几滴眼药水。情况严重时，要告诉妈妈，并且去医院就医。

安全教育一点通

孩子眼睛疲劳的症状有：看东西模糊、有重影、眼睛发红，有刺痛、瘙痒感，眼睛干燥、有酸涩感，注意力不集中、头晕、恶心。眺望远方的景物时，可以起到缓解眼睛疲劳的作用。妈妈们要让孩子在学习时，多站起来看看远方。

细节51　要告诉孩子，憋尿害处大

孩子如果长时间憋尿，会引发尿道感染，从而出现腰痛、发烧、食欲下降等症状。如果孩子憋尿的情况得不到缓解，会出现反复感染，后果将会更加严重。因此，你一定要叮嘱孩子：“想尿尿的时候，要及时去洗手间，否则身体就会生病，就会很痛苦！”

我们平时都知道，憋尿对身体很不好。有时因为工作忙，或是旅游、开会、逛商场的时候，不方便去厕所，没办法只能忍着，等到可以上厕所的时候，就会感到身体有很多不适，比如尿不尽、尿痛等。这样的事成年人经常遇到，可是父母却不知道，孩子也常常憋尿。

刘女士的女儿今年9岁了，前段时间因为长期憋尿而生病住院。原来，刘女士的女儿平时看电视时一坐就是半天，中途不喝水，也不去厕所。晚上在被窝里，想尿尿的时候，却又懒懒地不愿意下床。后来，孩子感觉到尿尿时会疼痛，便更加不愿意尿尿，有尿使劲憋着，憋不住的时候就尿在裤子里。长时间下来，刘女士女儿的尿道发生感染，出现了排尿困难、尿失禁的症状。

很多父母认为孩子憋不住的时候，自己就去尿了。其实并不是这么回事。如果孩子憋尿严重时，尿液中的病菌会沿着输尿管向上蔓延至肾脏，从而引发肾炎、膀胱炎等症状。家长要多观察孩子，也好及早做出正确引导，让孩子改掉憋尿的习惯。

安全教育大课堂

告诉孩子，玩耍不能太入迷，要及时去厕所

有的小孩玩游戏入了迷，被尿憋得坐都坐不住了，小屁股一扭一扭的，也不舍得离开电脑。研究发现，尿液在幼儿的膀胱内停留时间过长，尿中的有毒物质会加重肾脏的负担，同时给细菌感染造成了可乘之机，如果这些细菌继续沿尿道向上侵袭，还会破坏整个泌尿系统。所以，如果孩子准备要参加活动，在开始之前一定要先去排尿，等活动结束后，还要及时排尿，这样才有利于身体健康。

要告诉孩子，憋尿害处大



告诉孩子，玩耍不能太入迷，要及时去厕所。



告诉孩子，别只顾贪玩，先去厕所。



睡觉前去一趟厕所，可以安心做个好梦。

告诉孩子，下课后别贪玩，先去厕所

有的孩子下课后贪玩儿，顾不上去厕所。等到上课铃打响了，来不及去厕所，又接着上课。而在上课的过程中，孩子会因此坐立不安，精神紧张，无法集中注意力，甚至造成思维活动紊乱，结果不但没法认真

听课，对身体也造成了很大伤害。所以，父母要经常叮嘱孩子下课后先去小便，上完厕所再玩儿。只有这样，孩子才能在课间玩得更开心，上课听得更专心。

睡觉前去一趟厕所，可以安心做个好梦

有的孩子非常嗜睡，明明有很强的尿意，却不肯起床上厕所，往往会憋着尿再睡一觉，这样不但睡不踏实，对泌尿系统也非常不利。所以，要让孩子养成睡觉之前先上厕所的习惯，把膀胱排空，这样才能一觉睡到大天亮。有的孩子晚上喝了很多水，半夜醒来要及时起床排尿，不能因为贪睡而憋尿。告诉我们的孩子，即使天冷也不能赖床，排尿之后孩子们才会睡得更香甜。

憋尿会对孩子的神经功能产生不良影响，从而产生一系列病症。最常见的是由于憋尿引起的尿路感染，这个病不算大，但是很难彻底根除，小孩子只要得过一次，以后稍不注意，就容易反复发病。

安全教育一点通

有些孩子夏天很少去厕所尿尿，可能是由于孩子很少喝水的缘故。妈妈应该让孩子多喝水，多排尿，这样才能防止孩子患肾结石症。由于小便是受中枢神经系统控制的条件反射，幼儿憋尿会表现为坐立不安，精神紧张，注意力不集中等。如果妈妈发现孩子有上述表现，应该马上让孩子去排尿。

细节52　怎样指导孩子逃离“二手烟”

据专家统计：吸烟父母的孩子患咳嗽、咳痰、支气管炎等呼吸系统疾病的比例要比不吸烟父母的孩子高得多，而且孩子患呼吸系统病症的几率，随父母吸烟量的增加而升高。儿童体内的解毒功能不全，对室内空气污染比较敏感，也就更容易受到伤害。

不少家长认为，只要孩子不吸烟，就可以避免香烟的伤害。但事实并不是这样。当孩子身边的其他人吞云吐雾时，孩子作为“二手烟”的吸烟者，也会深受其害。

家住福州市台江区的宋先生是个麻将迷。他每天晚上都要和朋友打上几圈，有时候一打就是一夜。宋先生的儿子小伟10岁了，经常站在边上给宋先生出谋划策，爸爸自以为多了个小帮手，天天美滋滋的。

几个月以后，小伟开始咳嗽，严重的时候竟然喘起来。宋先生带着孩子去医院检查。医生说：“孩子得了哮喘，诱因是吸入了大量的‘二手烟’。如果再继续下去，不但气管受害，肺部也会受伤，还有转为肺癌的可能。”医生的话让小伟的爸爸目瞪口呆。

和小伟的爸爸一样无知的人还有很多。他们认识不到孩子被动吸烟的害处，不知道吸入“二手烟”会对孩子造成什么样的伤害。作为家长，在不让孩子吸入自己的“二手烟”的同时，还应该教会孩子，如何避免吸入他人的“二手烟”。

安全教育大课堂

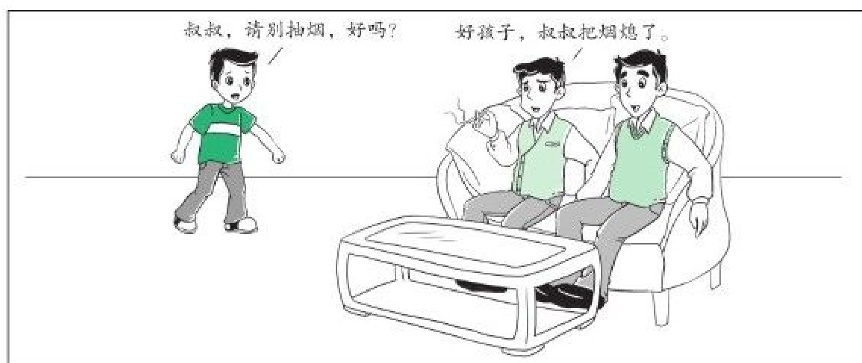
告诉孩子，要选择“禁止吸烟区”活动

拒绝“二手烟”是孩子的权利，所以，家长在家里先要以身作则，保证不抽烟。家长和孩子可以达成不成文的约定，把家里建设成“无烟区”。孩子可以随时监督家长的行为。当孩子去公共场合时，家长要经常告诉孩子，一定要选择“禁止吸烟区”活动。餐厅、公园、网吧、会议室、机场等公共场所都是禁止吸烟的。让孩子没有特殊情况时，最好不要进入“吸烟区”。

怎样指导孩子逃离“二手烟”



告诉孩子，最好选择在“禁止吸烟区”活动。



教孩子大胆地说：“叔叔，请别抽烟，好吗？”



要使孩子不抽烟，家长要以身作则。

教孩子大胆地说：“叔叔，请别抽烟，好吗？”

家长要告诉孩子，对身边“二手烟”的侵害要主动防御。在公共场合，或者在自己家里，如果发现有人抽烟，孩子完全可以说：“叔叔，请别抽烟，好吗？”要让抽烟者知道，身边的这个孩子不喜欢让他抽烟，如

果继续抽烟，将是对孩子的伤害。

让孩子多吃水果蔬菜，减少“二手烟”伤害

无论防范有多严格，任何人都不可能完全避免“二手烟”的吸入。如何减少已经存在的伤害呢？家长要告诉孩子，多吃新鲜的水果蔬菜，水果里面的维生素对身体有好处。还要告诉孩子，多喝水，多排尿，加速尼古丁等有害物质的排除。运动多一些，出汗多一些，将有利于排泄有害物质。

安全教育一点通

据专家称：吸入二手烟每天达15分钟以上者，就属于被动吸烟。为了保护孩子的身体健康，如果父母也抽烟的话，应该马上戒除烟瘾，以便为孩子创造更加舒适的家庭环境和生活空间。

第15章　教孩子保持良好心态的安全策略



细节53　如何让我们的孩子不再“叛逆”
细节54　怎样让孩子走出自卑的阴影
细节55　父母该怎样教育性格偏执的孩子

细节53　如何让我们的孩子不再“叛逆”

家长要让孩子读一些儿童叛逆指导类的书籍。告诉孩子，叛逆不是他的专利，每个人都曾经历过叛逆期。孩子的心胸慢慢地开阔了，言行改变了，也就不会再那么固执，逆反心理自然就会慢慢减弱，直至消失。

孩子的成长给父母带来了快乐。与此同时，父母们也体会到了因孩子成长而产生的烦恼。因为父母们发现，孩子越来越不听话了，越来越任性。有些父母可能认为，孩子还小，还不懂事，等再大一些就好了。其实，孩子已经长大了，因为他们已经开始有了叛逆心理。

男孩多多是一个叛逆心理非常严重的孩子。上初中三年级时，多多最想拥有一头五颜六色的卷发。当多多把这个想法告诉妈妈时，妈妈狠狠地批评了多多一顿。父母的态度很明确，一个中学生竟然想染头发，绝对不行。

但是没过几天，多多便偷偷把头发染了。老师给妈妈打来电话，说如果孩子不马上把头发染回来，就只有退学了。妈妈对多多好言相劝，但多多却“咚”的一声用房门把妈妈关在了外面。

由于青少年身体发育过快，早熟的迹象凸显，开始有了自己的想法，不同意父母的观点。很多父母反映，孩子变得很难沟通，不管家长

说什么都不听。

安全教育大课堂

对孩子说："叛逆不是你的专利。"

叛逆期的孩子总认为自己很特别，跟别人不一样，认为自己有很多烦恼。作为父母，你应该告诉孩子："父母小时候也很任性，也非常不听话，爷爷奶奶也为我们操了不少心。但是，爸爸妈妈懂得自己安慰自己，慢慢长大一些，也就不再那么任性了。"

如何让我们的孩子不再“叛逆”



对孩子说：“叛逆不是你的专利，妈妈小时候和你一样……”



父母不妨给孩子一次做主的机会。



要教导孩子学会少说“不”。

家长可以指导孩子阅读一些关于儿童叛逆指导类的书籍。告诉孩子，叛逆不是他的专利，每个人都曾经历过叛逆期。孩子的心胸慢慢地开阔了，言行改变了，也就不会再那么固执，逆反心理自然就会慢慢减弱，直至消失。

让孩子学会少说“不”

很多时候，孩子并不是不同意父母的观点，而是为了表明自己与父母对立的立场，故意说“不”。家长说该洗澡了，他说“不”，其实他知道自己有多脏。家长说去写作业吧，他还是说“不”，其实他明白作业早晚是要写的。家长可以和孩子商量，能不能来个“约法三章”，在一天之内不许说“不”。当孩子不再说“不”的时候，叛逆心理就会治愈一大半。

让孩子站在父母的角度想一想

还有许多处于叛逆期的孩子，有了自己的思维和观点，就主观地认为父母的观点是错误的。那么，家长可以让孩子换位思考，对他说：“如果你是家长，我是孩子，现在问题全摆在这里，作为家长的你怎样解决呢？”当孩子站在家长的角度考虑事情时，许多问题就会迎刃而解。

叛逆期的孩子，常常会做出一些令父母无法接受的事情。父母在伤心难过之余，应该多想一想如何更好地引导和教育孩子。如果总是以一种高高在上的心理管束孩子，时间久了孩子的叛逆心理只会越来越重。

安全教育一点通

孩子产生叛逆心理，在某种程度上来说，是很正常的事情。这至少说明孩子在成长中开始独立思考了。家长不要因为孩子的不听话而暴跳如雷，更不能在孩子叛逆时期强迫孩子按你的想法去做事。孩子需要父母的正确引导，需要父母陪着他，一起度过人生中的一段苦闷而又彷徨的时光。

细节54　怎样让孩子走出自卑的阴影

当孩子觉得自己很差劲时，家长一定不要吝啬对孩子的鼓励。当孩子有进步时，你要适时地夸奖孩子。这种夸奖不可过分夸张，但一定要发自内心。用欣赏、赞许、鼓励的目光看着孩子，带着微笑对孩子说：“你真行！你真棒！”

爱玩爱闹是儿童的天性。但如果有一天，父母发现自己的孩子变得沉默，不爱与人交流，做事没有主见，不敢与人竞争时就应该提高警惕了。很可能，我们的孩子正被自卑心理困扰着。

亚宁一直在老家生活和学习。三年级时，爸爸妈妈把亚宁接到城里上学。然而，没过多久，父母发现原本开朗的儿子，变得沉默起来。他不像以前那样爱说话了，到了上学时间，磨磨蹭蹭不愿意走，在家里根本不提学校的事。一个学期以后，亚宁向父母提出，要回老家去上学。

原来，在老家时孩子的学习一直是拔尖的，在新班级里却只是一般。他土气的穿着，总是被同学偷偷议论。他普通话讲不好，每当在课堂上回答问题时，总是惹来一片嘲笑声。亚宁在新的班级里，感到很自卑，所以他产生了厌学的情绪。

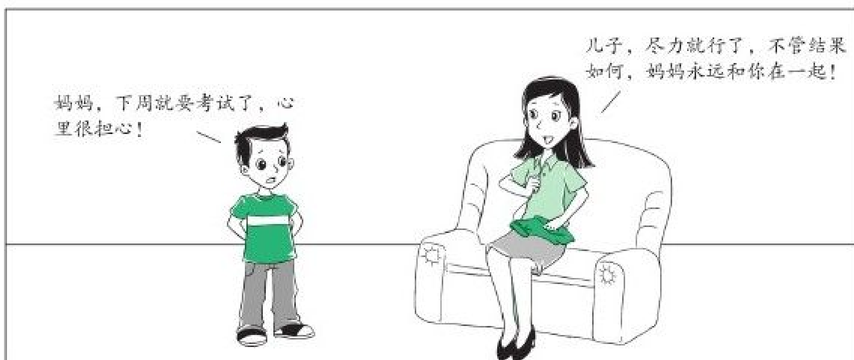
严重的自卑心理，会使孩子养成悲观性格，这将对孩子的一生构成非常不利的影响。当孩子产生自卑心理时，父母千万不要对孩子失望，更不能一味地责备孩子，我们应该鼓励孩子走出心理问题的泥沼。

安全教育大课堂

对孩子说，爸爸妈妈和你在一起

自卑的孩子，往往会把自己孤立于群体之外。不积极发言，逃避回答问题，即使回答也会吞吞吐吐，或者直接说“我不会”。这时候，做家长的一定要对孩子说，爸爸妈妈会一直和你在一起，不能让孩子产生被所有人抛弃的感觉。多和孩子交流，了解孩子的内心，然后和孩子一起找到解决问题的方法。

怎样让孩子走出自卑的阴影



要对孩子说，爸爸妈妈永远和你在一起。



一定让孩子知道，在我们心中，你是最棒的！



告诉孩子，十全十美的人是不存在的。

对孩子说，在我心中，你是最棒的！

孙女士的女儿英英非常自卑。每次上音乐课的时候，总是挑最后面的位子。每次回答问题的时候，都特别紧张。每次回到家，都会唉声叹气，说自己又丑又胖。最初时，孙女士忙于工作，对女儿成长并不太在

意。后来，眼见女儿的情况越来越糟，孙女士非常苦恼。

后来，在一本亲子杂志上，孙女士找到了缓解女儿自卑的法宝。她开始夸奖女儿说："你一点也不比别的孩子差。在妈妈眼中，你是最棒、最漂亮、最优秀的。"孙女士通过反复地对女儿的肯定和鼓励，使孩子又找到了自信。

当孩子觉得自己很差劲时，家长一定不要吝啬对孩子的鼓励。当孩子有进步时，家长要适时地夸奖孩子。这种夸奖不可过分夸张，但一定要发自内心。用欣赏、赞许、鼓励的目光看着孩子，告诉孩子，你真行！

告诉孩子，十全十美的人是不存在的

孩子产生自卑心理，是因为觉得自己不如别人。告诉孩子，每个人都有自己的短处和不足。你在这方面不如别人，肯定会在其他方面比他要好。家长可以选用孩子最敬畏的人为例，与孩子作逆向比较。你或许家庭条件不如他好，可是你比他成绩要好；你或许长得不如他高，可是你要比他健康等，从而帮孩子找回自信。

安全教育一点通

家长要鼓励孩子，大胆去做自己想做的事。当然，也要告诉孩子，不去做超出自己能力的事，以免孩子受伤或者有挫败感。

如果孩子把事情办砸了，你应该告诉孩子不能过分自责，而是对他说："失败是成功的母亲。"这样孩子会减少负罪感，做事再不会畏首畏尾了。

细节55　父母该怎样教育性格偏执的孩子

性格偏执的孩子总是眉头紧锁，闷闷不乐。他们最缺乏的就是微笑，最需要的也是微笑。微笑是自信的一种表现，说明自我感觉不错，对自己的状态相当满意。父母应该牵着孩子的手，笑着对他说："宝贝，请学会微笑，微笑会使我们更快乐。"

根据《中国精神疾病分类方案与诊断标准》的定义，有广泛猜疑、过分警惕和自卫、极度感觉过敏、易产生病态嫉妒、过分自负、没有宽容心、过高要求别人、思想行为固执死板、看问题片面主观、喜欢感情用事等行为特征的孩子，属于性格偏执。性格偏执的孩子，常常令父母头疼不已。父母应该正确地引导孩子，及时缓解孩子的偏执心理。

小辉是个很固执的孩子。他总是觉得自己很了不起，谁都不如自己。别人指出他做得不对，他就会生气。有一天，小辉说要吃大虾。妈妈对他说："大虾吃多了会引起皮肤过敏，你应该多吃蔬菜。"小辉把筷子一摔："我就要吃大虾！"考试成绩不理想时，小辉会埋怨同桌，还将同桌的手臂扎破了。老师批评他时，他却说老师太偏心，当着老师的面把试卷撕烂。

像小辉这样的孩子，如果家长不闻不问，任由孩子发展下去的话，长大后极有可能出现偏执型人格障碍。有的家长以为孩子是天生固执，有的家长感觉到孩子不对劲，却不敢去正视，担心别人说自己的孩子"有病"。其实，孩子的心理问题发现得越早，越有助于进行性格调整，对孩子的身心健康也就越有利。

安全教育大课堂

告诉孩子，要学会信任和尊重他人

性格偏执的孩子，最缺乏的是对别人的信任。他们敏感多疑，别人明明是好意，他也不会领情。家长要告诉孩子，要学会认知自己，在心里摆正自己的位置，自信可以，但是不能轻视别人，更不能狂妄自大。让孩子知道，想得到别人的尊重，先要学会尊重别人。对别人不能过分刻薄，要学会容忍，看到人家有缺点，可以委婉地指出来，绝对不能嘲笑讥讽、恶语相加。

父母该怎样教育性格偏执的孩子



告诉孩子，要学会相信他人。



告诉孩子，请记得对自己微笑。



当孩子感到苦恼时，要及时疏导和安抚。

教孩子善于、勇于承认错误

告诉孩子，一个人要有主见，不能随风倒。但是也不能一意孤行，一条路走到黑。让孩子多听取身边人的意见。告诉孩子，如果他是对的，可以坚持，但是如果错了就不要固执己见，更不能为了给自己开脱

找借口，把过错都推到别人身上。犯错误并不可怕，可怕的是不敢承认错误。当孩子学会了承认错误并且听取别人的意见，他的心胸也将会慢慢地开阔。

告诉孩子，请记得对自己微笑

性格偏执的孩子总是眉头紧锁，闷闷不乐。他们最缺乏的就是微笑，最需要的也是微笑。微笑是自信的一种表现，说明自我感觉不错，对自己的状态相当满意。父母应该牵着孩子的手，微笑着对他说："宝贝，请学会微笑，微笑会使我们更快乐。"这种方式，有助于引导孩子冲破心理障碍，让他对自己的未来充满信心，对如何处理好身边的事情胸有成竹。

微笑也是对别人暗示友好的一种方式。让孩子学会微笑，引导他变得宽容和随和。微笑可以帮助孩子走出偏执的阴影，把自己更好地融入到集体中去。

当孩子感到苦恼时，要及时疏导和安抚

那些偏执性格的孩子，由于经常遭到批评和反对，再加上没有知心的朋友，所以他们内心是非常苦闷的。孩子此时最需要的就是父母的帮助，所以，父母要从情感上认同孩子，对他们的烦恼应该表示同情和理解。平时要多和孩子聊天，让孩子把不满的情绪表达出来，这样将是对孩子的一种最大的理解和安慰。等孩子情绪稳定了，我们再开始做心理上的疏导，帮助他分析一下，为什么别人总是"敌对"你呢？问题会不会是出在你自己这边了？是不是你先排斥人家的呢？

父母都希望自己的孩子身体好、心情好。如果你发现自己的孩子出现了心理失衡和心理障碍，也不要过于紧张，因为在孩子的成才过程中，心理疾病就如同伤风感冒一样，每个孩子都有可能赶上。要是一味掩饰拖延，反倒会成为真正的心理疾患。

安全教育一点通

父母无原则的溺爱，很容易导致孩子一味地任性，从而出现偏执心理。孩子与他人发生矛盾，父母不能把责任全部归咎于他人。

当孩子出现偏执心理时，父母要反省自己，看是不是太溺爱孩子了。如果是的话，你要先改正自己错误的言行，再针对孩子的偏执程度采取不同方式，引导他走出心理泥潭。

第16章　教孩子应对意外灾难的安全策略



细节56　地震来了，孩子如何成功避震
细节57　雷雨大作，孩子怎样避雷
细节58　宿舍遭遇火灾，孩子如何逃生
细节59　龙卷风来袭，孩子如何安全避灾
细节60　沙尘暴铺天盖地，孩子如何保护自己

细节56　地震来了，孩子如何成功避震

到目前为止，地震仍然属于人类不可预测的难题。人类还没有达到准确预测地震的技术水平。地震的发生，显得非常偶然。于是，地震令很多人感到恐惧和不安。告诉孩子，虽然我们没法阻止灾难的来临，也无法告知他地震何时会来，但父母一定要让他懂得，如何在地震中学会求生、自救。

2010年4月14日，青海省玉树县发生7.1级地震，在此次地震中约有2220人遇难，70人失踪。灾难是可怕的，但更可怕的是人们不懂得自救逃生知识，尤其是身单力薄的孩子，在地震中惊慌失措，以致于丧失了求生的最宝贵的时机。

安全教育大课堂

孩子在家里，地震来了

很多住在楼房里的孩子，经常叫着说：“如果地震来了，我就马上往下跑。”实际上，从地震发生到房屋倒塌，往往只有12秒左右的时间。这么短的时间，人是不可能安全跑出楼的。父母要告诉孩子，住在楼房里应该采取就近躲避的原则。躲到结实的床、桌子底下，或者躲到跨度

较小的房间里。比如：卫生间、厨房，远离门窗的墙角等。

而住在平房里的孩子，如果离门很近，则需要立即冲到门外，到开阔平坦的平地上抱头蹲下，等待地震过去。

孩子在教室里，地震来了

孩子们在学校里上课，老师感觉到地在晃动，房子在摇摆。于是老师马上说：“同学们，地震了！大家马上抱头、闭眼、躲在各自的课桌底下。靠墙根的同学，马上紧靠无窗户的墙根蹲下。”这是针对教室不在一楼的孩子们。如果孩子的教室正好在一楼，并且离大门很近，老师应该说：“地震来了，立即跑出教室。”

地震来了，孩子如何成功避震



在家里，地震来了，让孩子学会如何自救。



在教室里，地震来了，让孩子学会如何自救。



适时地给孩子传授一些地震逃生的基本常识。

为了躲避余震，地震过后孩子们要在老师的指导下，有秩序地疏散到操场上。有些孩子乱跑乱叫是不对的。因为那样做，不但不利于学校疏散工作的展开，而且还有可能会受到余震的伤害。

孩子在户外，地震来了

如果孩子正在大街上行走，突然感觉站立不稳，这就说明地震来了。父母要告诉孩子的是，不能在高楼下、广告牌下、狭窄的胡同、桥梁下等危险的地方停留。在这些地方停留，被砸伤、掩埋的可能性非常大。孩子更不能去抓、扶、靠身边的门柱、墙壁和电线杆。这些原本看起来非常牢固的物品，到了地震时都是非常危险的。让孩子明白，最危险的地方还有玻璃窗下，因为地震时玻璃会碎裂，掉下来会把人扎伤。

孩子在车上，地震来了

告诉孩子，当他们在公共汽车上时，就算地震来了也不要惊慌害怕。孩子要在座位上坐好，双手撑直紧握住前排椅背上的扶手。提醒孩子，如果他在一个靠窗的位置，一定要用衣服、书包等保护好头部，以免玻璃震碎后被划伤。同时为了降低重心，让孩子一定要低着头。当汽车停稳后，告诉孩子不要盲目地拥挤下车，以防被挤伤、挤倒或踩伤。

地震逃生的五大原则

不跳楼的原则：有些人住在高层大楼里，一听说地震来了，吓得不知所措后，想从窗户里跳下去逃生。这样做是不可取的。因为，跳楼不但使自己不能得救，反而会被摔得粉身碎骨。

不坐电梯走楼梯的原则：地震时乘电梯下楼是件非常危险的事件，因为一旦停电，电梯就无法正常工作。人被困在电梯里以后，无法与外界取得联系，情况就会更加糟糕。最好的办法是走楼梯。

保护头部的原则：地震发生时，孩子们应该用被褥、枕头、脸盆等物品保护住自己的头部、脸部，以防受伤危害到生命。

就近躲避的原则：地震来时，要选择就近躲避，千万不要贸然下楼，也不要贸然向外跑。在楼房里，选择在较小的房间或者结实的桌椅下躲避，同样可以逢凶化吉。

常备应急包：应急包里装一包方便面、一包饼干、一瓶矿泉水、一个手电筒、一把小刀、一点外伤药、一只铜口哨、一台收音机和一些贵重物品。应急包虽然小，但里面的东西都是用来救命的。平时把应急包准备好，到地震来时背上就跑。

有很大一部分父母，总是不愿意跟孩子提起“地震”这两个字。因为，每当我们提起这两个字时，孩子就会吓得露出惊恐的眼神。你要告诉孩子，地震没有什么可怕的，只要学会了安全避震就可以化险为夷。

安全教育一点通

被埋后，孩子需要轻轻地挪开身边的杂物，扩大活动空间。同时想办法用砖石、木棍把残垣断壁支撑起来，以防余震时内部结构倒塌把自己砸伤。

告诉孩子，在危急时刻要保存体力，不能乱喊乱叫。听到外面有声音时，再大声喊救命。如果孩子身边有水管、暖气管时，可以用硬物敲击它们。这些声音，比呼喊声要大得多，而且更容易引起救援人员的注意。

细节57　雷雨大作，孩子怎样避雷

父母们不禁要问，难道孩子在家里会受到雷电的威胁吗？当然。当孩子在家中接打手机、电话时，也会有被雷击的危险。父母要告诉孩子，雷雨天不要随便外出，不要接打电话和手机。

雷雨天气中，孩子最怕受到的伤害往往是雷击。父母千万不要小看了雷击，因为我国每年因雷击而致死、致残的儿童，并不是少数。

星期天，三个初中生一清早就去爬山。快要爬到山顶的时候，天气突然由晴转阴，转瞬间雷雨交加。三个孩子来不及躲避，被雨水淋透成了落汤鸡。无奈之下他们跑到接近山顶的一棵孤树下避雨。一声震耳欲聋的爆炸声响彻云霄，三个男孩全部被雷击中，无一幸免。

发生在孩子身上的每一幕惨剧，都是父母所不愿意看到的。如果孩子不懂得避雷的安全知识，发生意外的可能性会很大。只有让孩子掌握了一定的避雷知识，他们才能有效地保护自己。

安全教育大课堂

雷雨天，孩子在大街上如何避雷

如果孩子在大街上行走，可以到店铺、超市、银行、邮局、商场等公共场所去避雨。等雷雨过去后，再走出来去学校或者回家。在城市里，每座高层建筑上都装有避雷针，所以让孩子到高层建筑下的一楼台阶上去避雷避雨，都是非常安全的。

雷雨天，孩子在旷野上如何避雷

假如孩子在空旷的野外，一时找不到可以避雷避雨的场所，如果不想被雷击中，首先要蹲下（为了降低身体的重心），然后把双脚并拢，双手放在膝盖上，身体前屈（这样做是为了减少人体与地面的接触面积）。但是要告诉孩子，千万不能躺在地上、土沟或土坑里，因为这样做反而会不安全。提醒孩子，不能靠近铁轨、长金属栏杆及其他庞大的金属物体，否则会很容易被雷电击中。

雷雨大作，孩子怎样避雷



雷雨天，让孩子学会在大街上如何避雷。



雷雨天，让孩子学会在旷野上如何避雷。



雷雨天，让孩子学会在室内如何避雷。

雷雨天，孩子在山上如何避雷

当孩子在山上时，正好遇到雷雨天气，家长要告诉孩子应该快速下山。如果顺路的话，孩子可以到相对安全或有避雷设施的地方去避雷。

提醒孩子不要在山顶的孤树下避雨，更不能停留在山顶的制高点上。

有的孩子会在山上看到帐篷，以为那里可以作为避雷场所。但是，孩子们却不知道，一般的帐篷是没有避雷设备的。所以说，一些没有避雷设施的高大物体，是不可以靠近的。如电线杆、旗杆、干草堆、帐篷等。

雷雨天，孩子在室内如何避雷

当孩子在家中接打手机、电话时，也会有被雷击的危险。父母要告诉孩子，雷雨天不要随便外出，不要接打电话和手机，以防自己成为雷击的目标。

安全教育一点通

1.在户外避雷时，尽量穿塑料雨衣，因为塑料雨衣的避雷效果最好；

2.提醒孩子，尽量不要打铁柄的伞；

3.不管在户外还是室内，都不能在雷雨大作时接打手机；

4.雷电天气里，不要骑马、自行车和摩托车。

细节58　宿舍遭遇火灾，孩子如何逃生

告诉孩子，一旦受到火灾的威胁，千万不要惊慌失措，要冷静地确定自己的所处位置，根据周围的烟、火光、温度等分析判断火势，不要盲目采取行动。快速观察好后，再马上行动。

学生宿舍是孩子存放衣物和生活用品的地方。如果孩子不注意消防安全，引发火灾，将会直接威胁到孩子的生命安全。父母应该教会孩子必要的自救、逃生知识。否则，孩子所在的宿舍发生火灾后，他不知道如何自救，也不知道如何逃生，那么就只有等死的份了。

某个星期天的下午，在一所高中的宿舍内，3个女孩在午休。由于一名女生出门前把烧水器插上电，没有及时拔掉，引发火灾。其中一名女生被烧伤后顺利逃出宿舍，其他两名女生相继从4楼的窗口跳下，因严重摔伤而当场死亡。

很多孩子发现火情后应对能力差、火灾逃生知识匮乏，才导致了悲剧的一次次发生。这是每个父母都不愿意看到的，但它却无可挽回地发生了。孩子花儿一般的生命，就这样凋零了。

安全教育大课堂

身处火场之中，要迅速逃走

孩子发现同学的铺位上“火冒三丈”，除了大声告知宿舍里的同学外，还应该马上向宿舍外面跑，找到学校的老师和保安，请他们帮助灭火。如果孩子不能抓住有利时机，火势一大，房门便不容易被打开。

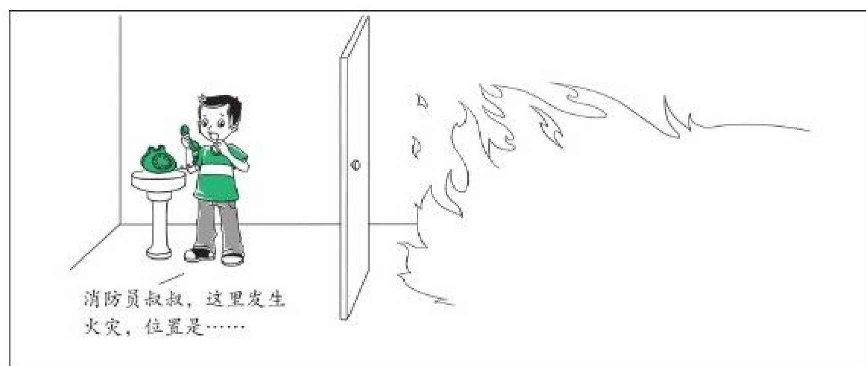
无法从火场中逃脱时，要迅速求救

假如宿舍的房门已经无法打开，孩子就要跑向窗口，用手晃动颜色鲜艳的衣服、床单等，向老师和同学大声求救。如果孩子身边有手机，应向保安室电话报警或者直接打火警电话119报警。如果宿舍有阳台，孩子可以躲避到阳台上，然后把通往阳台的门窗关严、关紧，以防火势蔓延到阳台，危及自己的生命。

宿舍遭遇火灾，孩子如何逃生



让孩子知道，身处火场之中，要迅速逃走。



告诉孩子，当无法从火场中逃脱时，要迅速求救。



告诉孩子，等待救援的过程中，要积极寻求自救。

如果门外是熊熊燃烧的大火，孩子无法走出房间，应该把房门关闭，并且用湿布、湿衣服堵在门缝处，以防烟雾漫进房间。同时，孩子还应该向门上不停地泼水，防止火烧进来。

等待救援的过程中，要积极寻求自救

在等待救援的过程中，孩子应该积极地寻求自救。最好用衣服、毛巾、湿布、枕巾等物（最好是湿的），捂住口鼻，呈弯腰或者匍匐状。如果条件允许的话，孩子应该用水把自己的身体和头发打湿，然后把湿的棉被披在身上，寻找一个火势较小、靠窗的位置静静地等待。孩子拼命哭喊，只会自己吞下更多的浓烟和灰尘颗粒，很容易造成窒息。

闯出火场或浓烟区，要匍匐前进

如果火场不在孩子所在的房间，但浓烟已经布满了整个楼道。此时，孩子应该向与火源相反方向的楼梯、安全通道撤离。在从房间里出来之前，孩子应该用水浇湿衣、帽、鞋袜，并且把浸湿的棉被或毛毯等物披在身上。再拿上一块湿毛巾，用它捂住口鼻，低头、弯腰，手扶墙壁快速地撤离。

安全教育一点通

1.在等待消防员救援时，不要大喊大叫，以免吸入更多烟尘颗粒；

2.高楼失火，千万不能盲目地从窗口跳出，否则，只有死路一条；

3.身上着火以后，采用就地打滚法灭火，或者跳入水盆中、浅水池中灭火；

4.消防员在地面上铺好救生气垫，孩子跳下时，应该张开四肢，让背部最先着地。

细节59　龙卷风来袭，孩子如何安全避灾

龙卷风是一种威力强大的旋风，常常在夏天的雷雨天气时发生，下午和傍晚最多见。它的平均直径在几十米到几百米之间，袭击范围不大，“生命”也很短，但破坏力却非常强大。

龙卷风对人类来说是一个高超的“破坏专家”，它所到之处庄稼被毁，树木被连根拔起，屋顶被掀翻，严重的时候还能把人吹上天。可以说，龙卷风对人类家园的破坏是毁灭性的，对人类的生命安全也构成了极大的威胁。如果孩子不懂得如何躲避龙卷风，发生意外的可能性将会非常大。

2010年5月15日，黑龙江省绥化市遭遇了特大龙卷风的袭击，受灾人数三千多人，近400间房屋倒塌，5人死亡，52人受伤。老百姓的房子被吹翻，校舍被毁，大树被吹倒，电线被刮得七零八落，缠绕在树枝上像巨大的蜘蛛网。

灾难离我们并不遥远，因为自然带来的灾难随时都可能会发生。安全知识匮乏，使孩子们在灾难面前变得不知所措。让孩子认识龙卷风，并且成功躲避龙卷风，才是保证他们生命安全的“法宝”。因此，对孩子进行龙卷风安全躲避知识的教育，非常有必要。

安全教育大课堂

孩子在室内，应该躲进较小的房间，或者地下室

很多孩子一看见龙卷风来了，马上会吓得不知所措。有的孩子干脆像躲避地震一样，趴到结实的桌子底下；还有的孩子会藏到柜子里。但是，“大力士”龙卷风经过时，首先会把房子的屋顶掀翻，然后把屋里的桌子、椅子、柜子、棉被之类的东西卷走，最后抛到几米或几十米以外的地方。所以说，孩子躲在桌子下或柜子里，根本无法躲避龙卷风。

龙卷风来袭，孩子如何安全避灾



在室内，让孩子用枕头、衣服等包住头部，向与龙卷风方向相反的墙壁蹲下。



在野外遇到龙卷风，让孩子远离大树、电线杆。



在乘坐汽车时遇到龙卷风，让孩子不要留在车内，迅速寻找安全的地势。

孩子应该在老师或家长的指导下，用书包、书本、枕头、衣服等物包住头部，然后面向与龙卷风方向相反的墙壁蹲下，等龙卷风过去之后，才可以起来。当然，也可以让孩子躲到较小的房间里，最安全的地方莫过于地下室和半地下室。提醒孩子，一定要远离门、窗户和房屋的

外围墙壁。

在野外遇到龙卷风，要远离大树、电线杆

在野外遇到龙卷风，是件令孩子们非常害怕的事情。因为野外往往比较空旷，找不到可以有效躲避的场所。而有的孩子不想被风卷起，便跑去紧紧地抱住大树或者电线杆。其实，龙卷风最喜欢跟大树和电线杆较劲儿了。大树和电线杆是它最主要的袭击对象。而孩子这时候跑去跟大树“生死与共”，岂不是自己找苦吃嘛！

在野外遇到龙卷风时，孩子应该迅速跑到龙卷风前进的相反方向或者侧面去躲避。父母应该告诫孩子，千万不要和龙卷风比赛跑。龙卷风的风速每小时可达上千米。应该让孩子寻找低洼的地势，闭上口、鼻、眼睛，同时用手臂护住头部趴在地面上。提醒孩子，一定要远离大树、电线杆、旗杆，以防被砸伤、压伤和触电。

龙卷风的“生命”很短，最长不过数小时，最短的只有几秒、几分钟，但破坏力却非常强大。只要孩子们掌握了相应的躲避技巧，就可以成功躲避龙卷风的袭击。

安全教育一点通

龙卷风来时，如果时间充裕的话，大一点的孩子应该迅速打开与龙卷风相反方向的门窗，从而使室内外气压平衡，有效地避免大风把屋顶掀翻，把墙壁吹倒。

如果孩子正在乘坐汽车时，发现龙卷风由远而近，则千万不要留在车内。迅速寻找安全的地势，用安全的方式躲避。

细节60　沙尘暴铺天盖地，孩子如何保护自己

一到大风、沙尘天气，医院接诊最多的就是沙眼、咳嗽、过敏发炎的孩子。有些孩子的眼睛因吹进沙粒，而导致沙眼、角膜发炎。有的孩子因吸入太多的尘埃颗粒物，而引发呼吸道感染。

春暖花开，春风送暖，春意融融，春意盎然……看，有多少美妙的词语来形容春天啊。孩子被寒冷禁锢了一个冬天，正好趁着这个季节出去伸展一下自己。可是，在我国的北方，说不定哪天风力大一些，就会出现扬沙天气，甚至形成沙尘暴。如何防止沙尘暴对孩子的侵害？

2010年4月23日，我国多个省市出现沙尘暴天气。甘肃省民勤县的强沙尘暴天气，让局部时段的能见度几乎为零。不仅如此，内蒙古西部的多个县市也遭受了强沙尘暴袭击，沙尘所到之处到处都是漆黑一片。大风把人们的房顶掀翻了，城镇街道上，广告牌、树木被吹得东倒西歪，一片狼藉，人在风沙中根本无法行走，汽车也被迫停驶。

沙尘暴不但严重影响了人们的工作和生活，而且给孩子的身体健康也带来了严重的威胁。沙尘天气中，大风中携带着大量的尘埃颗粒、花粉、细菌以及病毒。孩子的抵抗力较差，很容易因沙尘暴而引起各种疾病。

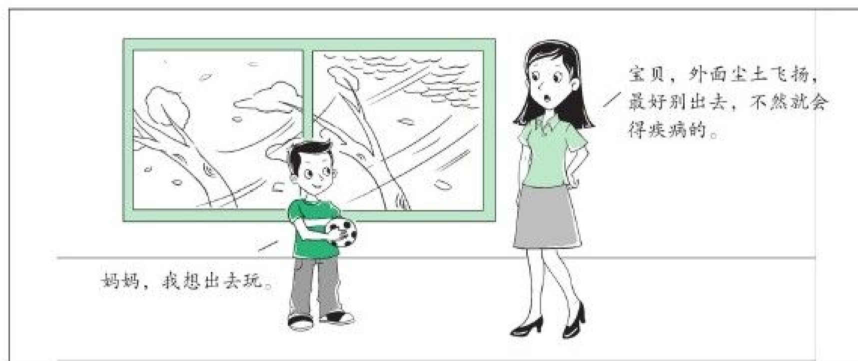
安全教育大课堂

沙尘暴天气，要尽量减少孩子外出

据北京市某儿童医院的张医生透露：一到大风、沙尘天气，医院接诊最多的就是沙眼、咳嗽、过敏发炎的孩子。有些孩子的眼睛因吹进沙粒，而导致沙眼、角膜发炎。有的孩子因吸入太多的尘埃颗粒物，而引发呼吸道感染。

沙尘暴天气里，出行是非常不安全的。由于沙尘飞舞，能见度降低，会影响自己和他人的视线；大风会吹断杂物、树枝，砸伤孩子；发生沙尘暴时，风力很大，走在河道、沟渠、湖泊、水库旁边时，就有被风吹下去的危险。

沙尘暴铺天盖地，孩子如何保护自己



沙尘暴天气，要尽量减少孩子外出。



出行时，一定要给孩子准备好帽子、丝巾、口罩。



告诉孩子，从沙尘暴中归来，要及时清洗身体。

沙尘暴天气，应尽量关闭门窗，保持室内温度

细小的沙尘造成孩子的过敏反应，对花粉、柳絮等过敏的孩子一定不能外出，有哮喘病史的孩子，也一定不能外出。沙尘暴发生时，要关好门窗，防止太多的沙尘被吹进室内，等大风过后要及时开窗通风。屋

内要保持一定湿度，用加湿器加湿，或者多洒水。因为室内也有细小沙尘，清洁室内卫生时要用湿拖布拖地；擦拭器物时要用湿布，以免扬尘。

出行时，帽子、丝巾、口罩少不了

告诉孩子，如果必须在沙尘暴的天气里到室外，要提前做好防护。用丝巾把头部包裹起来，这样既能看清事物，又能减少沙尘对面部的直接冲击。孩子出门必须戴口罩，最好戴防尘和防微粒口罩。

告诉孩子从沙尘暴中归来，要及时清洗身体

沙尘中携带着大量的花粉、病毒和细菌。当孩子穿越沙尘回到家时，你一定要让孩子及时换掉脏衣服，然后让孩子用清水漱口，清除口腔内的沙尘；鼻腔内也要细心清洗，以免过敏或者感染。条件允许的话，最好让孩子洗个澡。

如果有沙子进入了孩子的眼睛，一定不能让他用脏手去揉搓。应该用清水反复冲洗，冲洗不出来时，马上去医院就诊。

安全教育一点通

1.大风天气中，孩子外出时最好选择宽敞的马路。不能离高大的树木太近，免得被折断的树枝砸伤；

2.大风扬沙天气中，人体皮肤表面的水分缺失严重。除了让孩子清洗面部外，还应该给他涂上一点补水护肤品；

3.父母要让孩子多喝水，身体里的水分才能得到及时的补充。